

关于留学申请——

如何面试？ 看学长、专家怎么说

本报记者 周姝芸

对留学申请者而言，面试是影响其申请结果的重要环节。面试不仅是一个充分展示自我的过程，也是海外高校借此核实申请者相关信息的途径。在留学申请竞争中，如何把握好面试机会脱颖而出？近日，本报记者与几位中国留学生和资深留学专家展开对话，为正在准备申请出国留学的学子送上了这一份面试“干货”。

线上面试，重视细节

受新冠肺炎疫情的影响，近两年留学申请面试广泛采用录制视频或者线上对谈的形式。视频面试都有哪些形式？学生该如何做好细节准备？

“人机对话是较为常见的面试形式，学生回答问题时录制视频，然后上传提交。这其中又分为两类，一类是可以重复录制，选择个人满意的版本上传；一类是即时录制，只有一次机会。”优路留学联合创始人曹斐介绍，“第一类比较简单，学生可以无限次录制，构思内容，还可以请家长、老师听，让他们提出建议。第二类则不具备这样的条件，因为只有一次机会，一旦被打断很可能将影响面试结果。我建议学生首先务必要调试好电子设备，确保网络畅通，同时保证面试房间内的环境光线充足，安静且不被打扰。比如，有的同学喜欢在房间录制视频时，突然有人敲门或手机铃声响起，这类情况都应当避免。”

除了人机对话的面试形式，还有和面试官进行即时

交谈的在线视频问答。“对于线上对谈的面试，学生一定要提前进行充分准备。我会先查找相关资料，一条条写下回答提纲，再进行多轮模拟面试。”刘卓妍是美国华盛顿大学信息学和数学专业的学生，回忆自己申请学校时的面试环节，她说：“有一个小技巧是，收到面试通知后，邮件中通常会注明面试官的名字，我去领英上搜索，了解面试官的相关背景信息，尝试站在面试官的角度，去想象面试官想要了解学生哪些方面。我还在网上查找往年的面试题，列出具有较大可能性的问题并写下自己的答案提纲。”在这个过程中，刘卓妍的老师、同学都成为她的“模拟面试官”，刘卓妍根据“模拟面试官”的反馈意见，不断修改自己的面试答案。

“准备一个简短却不失精彩的自我介绍很有必要。”曹斐补充说，“自我介绍几乎在任何面试中都是必备环节，并且都出现在最开始，自信从容的开场往往会给面试官留下良好的第一印象。”此外，他提醒留学申请人还要在面试着装上花点心思。“干净整洁的面貌、大方得体的穿着都能给面试加分。尤其是申请商学院的面试，学生着装可以偏职业化，不仅能够看起来更专业，也能显示学生重视面试的诚意。”

主动沟通，拒绝冷场

“留学面试和求职面试有相似之处，学生先把简历发给学校，面试官在面试时再围绕个人信息做详细提问。因此，学生在面试中能够清楚描述个人经历，突出个人优势与项目的匹配度很重要。”曹斐说。

“我申请学校时参加了两次面试，一次是和面试官视频，还有一次是校友面试。”美国华盛顿大学经济学学生齐琦如是说。“主动沟通，引导话题走向是我顺利通过第一次面试的关键。在自我介绍时，我便提到了在学校创新工场参与的项目，并礼貌地询问面试官是否感兴趣听我继续讲解，当得到面试官的肯定答复后，我继续讲述自己在项目中所承担的责任以及所发挥的专业优势。而在由所申请学校的毕业生担任面试官的校友面试中，我在对话里充分展示了自己对学校、专业的了解，也真诚表达了自己渴望被录取的愿望。给校友留下好印象同样很重要，也会给申请加分。”

“面试时千万不要冷场。如果遇到答不出的问题，

要随机应变，将话题引导到自己熟悉的领域，打破僵局。这时候的沉默很可能意味着落选。”在就读于意大利佛罗伦萨美术学院的顾珂羽看来，学生在面试时遇到陌生问题很正常，学校也希望借此测试学生面对挑战时的应变能力。

“当时，面试官问了我一个有关西方艺术史的问题，我并不知道正确答案，于是便坦诚告诉他，这方面的知识我还需要学习。不过我并没有就此打住，而是主动提出可以讲讲中国艺术史，因为这与我的作品息息相关。令人开心的是，面试官表示理解，也非常愿意聆听，并表现出对中国艺术史的浓厚兴趣，整场面试氛围非常愉快。”顾珂羽说。

克服紧张，自信表达

面试时，学生的语言沟通技能是重要一环。在汉艺国际教育董事长助理夏梦海看来，语言考试成绩并不能全面体现学生在日常生活中的实际沟通能力，“许多考试分数很高的学生，由于对留学国家的文化、交流习惯不了解，出国后同样会在课程学习上遇到困难。面试不仅是一场围绕专业的考试，也是学校了解学生真实沟通水平的渠道。”夏梦海建议，学生参加面试时要尽量放下“被考查”的心态，将面试当成一场用词严谨的日常聊天，保持自信大方，展示出自己的实力。

“面试紧张很正常，学生也不必过度在意外语发音不标准、有口音等问题，面试官其实没那么在乎口音，更看重交流的内容与氛围。”齐琦说，“重要的是能有条不紊地把事情说清楚，自信、稳重的表达很大程度上能弥补语言劣势。除此之外，态度礼貌也会给自己加分：主动向面试官问好，表达感谢，等等。”

“说得多、说得快不如说得有逻辑。”刘卓妍补充说，“如果面试时很紧张，不妨放慢说话语速，这样能留出更多思考的空间，面试表现更稳健。”

她还提醒说，学生在面试前一定要休息好，保持良好的精神状态，这也是克服紧张的良方。“要保持充足睡眠，保持大脑清醒。熬夜会影响人体内的激素分泌，使人处于疲劳、紧张的状态，容易导致面试发挥失常。给大脑充分的休息时间，它才会在面试时真正成为你的强劲助力。”



阅读时光

两年前，我在抵达荷兰阿姆斯特丹史基浦机场后，又乘坐了1小时城市内环线火车，终于到达了鹿特丹——我就读的伊拉斯姆斯大学所在地。走出火车站，看着市中心林立的造型各异的建筑，我突然意识到，也许这座城市和我去过的其他欧洲城市相比，有着不一样的魅力——族裔多样的居民、高度国际化的公共设施、大量的现代建筑……这里应该不仅仅拥有从我孩童时期便知晓的风车和郁金香。怀着好奇和期待，我的留学生活就此开始。



伊拉斯姆斯大学主校区内的polak多功能楼。

鹿特丹这座城市有着独特的历史印记，原先古老的欧式建筑在二战中几乎被摧毁殆尽。战争结束后，一座不同于其他荷兰城市的现代化城市拔地而起，鹿特丹人在他们的家园设计了许多多前卫大胆的特色建筑，比如市中心的鹿特丹中央图书馆和大学校园中的图书馆，它们有的是欧式简约建筑，还有的是年轻时尚的现代设计，但均有别于荷兰其他城市的古典式建筑的图书馆。

留学期间，平日里讨论小组作业、搜索论文资料、组织课外阅读、进行知识拓展等学习环节都需要合适的场地。在伊拉斯姆斯大学主校区，有一座有着玻璃幕墙外观的建筑，名为“polak”，它集教学、线上图书馆、自习等多种功能于一体，是学生在校园内最喜欢的去处之一。

polak的顶层是玻璃天花板，室内采光充分，显得明亮而辉煌。在建筑的第二层，有形状不一的楼梯通向不同方向、不同楼层，颇让人有些眼花缭乱。由于这种楼梯设计与《哈利·波特》电影中霍格沃茨城堡的楼梯形状有些相像，因此得到了很多同学的喜欢。多少有些让人哭笑不得的是，我第一次走进这幢建筑的时候，花了十多分钟才找到自己提前约好的自习室。

这幢建筑也是学校进行“tutorial”课程教学的场所。这类课程指的是由一名助理老师，带领10—20名学生进行课外深入学习和补充学习。这类课程就像聆听讲座，能加深对知识的理解，拓宽视野。对于我所学的计量经济与运筹学专业而言，数据分析是必备的学习方法，学校的数据分析中心同样设置在这里，这便成了我经常来这里进行专业学习的另外一个原因。

这座独特的玻璃幕墙建筑见证着我们的求学岁月，记录着我们的进步成长。从清晨的第一缕阳光洒向polak的第一层台阶，到夜晚全楼亮起明亮的灯光，在这里度过的每一天都是我留学生活中的珍贵记忆。polak不仅陪伴着我进步，也给予了我一份独特的情感寄托。

（作者系荷兰伊拉斯姆斯大学中国留学生）



留学资讯站

6人获篮球奖学金将赴美留学

新华社北京5月6日电（记者王镜宇）2022级蔡崇信篮球奖学金获奖人名单6日正式公布，6名入选学生球员将于今年秋天赴美留学。

蔡崇信篮球奖学金是一个公益项目，其前身是在2019年发起的“中国篮球协会菁英计划”。当时，中国篮协选拔出了李信仪、王美棠、张益灵、孙祥翔4名队员赴美留学。因为疫情原因，球员选拔一度中断，2021年恢复运转。此项目面向全社会选拔有志成为优秀篮球运动员的适龄青少年赴美国寄宿高中留学，并提供留学期间包括学费、住宿费在内的综合奖学金，直至高中毕业。

2021年9月启动报名后，奖学金共收到了来自全国各地的近500份申请材料。通过初筛，选拔出32名学生球员参加2021年12月上旬在北京举行的面试暨训练营。

训练营教练团由中国男篮前主教练王非担任总教练，中国篮协教练委员会副主任匡鲁彬、中国篮协青少年委员会主任宋晓波、王非等6人担任专家评审，通过体能、训练、比赛、面试等环节对申请人的篮球水平、身体素质、语言能力、综合素质等进行了全方位考核测评。最终，冯傲、冯俊、冯俊、冯斯枫、冯斯楠、宋翊嘉和杨峻熙脱颖而出。

（本版图片均来源网络）

间隔年的得与失

本报记者 孙亚慧

直译自英语“gap year”的间隔年，如今在国内不再是陌生概念。在这个人生“缓冲器”中，有的学生增进了对自己的了解，摸清了自身兴趣所在；也有的学生认为，“缓冲”过后好像一切都没有改变。何去何从，或许取决于单休体整与自我提升间的平衡。

“慢就是快”

汪鑫（化名）曾就读于美国明德学院，面对毕业时人生十字路口的诸多选择，他感到有些迷惑。“一直以来像是被‘推着走’，每一个时间节点都有必须要完成的任务，毕业的时候，我的感觉就像任务刚完成而又要开始下一个任务了。最主要的是，其实我确实不知道自己最想走的路到底是哪条。”

父母希望汪鑫继续深造，那时他也已手握两个不错大学的录取通知书，身边的中国留学生选择工作的也不在少数。他隐隐觉得自己对深耕学术并没有很大兴趣，大三时，他曾与身边几个朋友合伙创业，主攻方向是留学服务，生意一度红火。但当所有选择都摆在面前、只能从中择一的时候，他拿不定主意了。

这也是汪鑫最终决定休整一段时间的原因，他需要时间自我调整和思考。

对于许多学生而言，可以利用间隔年体验不同的生活方式，丰富人生阅历。在这3—12个月不等的时间内，“慢就是快”是藏于其中的内在逻辑。

“如果我没搞清楚某个方向不是自己真正喜欢的，当越走越远，想要回头选择另一条路时，难度就会越大。”汪鑫说。

毕业于美国加州大学圣地亚哥分校的松裴在回国后并没有按原先计划走入职场，与汪鑫相似的是，她同样没想好自己到底喜欢做什么。间隔年里，她终于有时间去完成自己一直未成行的旅行计划，去了20多个国家，一路上认识了不少有趣的朋友。回国后，她参与自己同学创办的公益组织，前往陕西支教两个月。一直在路上，松裴终于意识到自己真正的兴趣所在，2019年，她入职一家制定个性化旅行的公司，“让更多人在这找到属于他们自己的‘诗与远方’。”

得失几何

间隔年里，汪鑫虽然人在美国，但一直密切关注着自己国内创业团队的进展。那段时间，他爱上了健身和下厨，阅读各类书籍，还养成了做读书笔记的习惯。“好奇心驱使我哪方面的知识都想涉猎，但学术却不同，需要围绕一个方面不断做专、做深，需要坐得住冷板凳。能坚持下去的人确实了不起，但我意识到自己的确不适合搞学术。”7个月

间隔年是指学生在升学或毕业后，并不急于开始下一阶段的学业或踏入社会工作，而是休整一段时间。有的学生会去游学旅行，或者做义工、志愿者工作，在这段时期逐步思考并明确自己下一阶段的人生规划。

——编者

后，带着继续创业的想法，汪鑫回到了杭州。

也有一些海外学子选择间隔年并非主动，而是无奈之举。他们中有的因为海外院校毕业时间与国内主要求职阶段存在“时间差”，因而没有找到满意的工作；有的则因为未被自己的目标院校录取，想要通过一年时间丰富自身经历、提高语言水平，在来年的留学申请中获得目标院校青睐。

留英回国的李可便是后者。但遗憾的是，第二年申请时，她再次与自己的理想院校伦敦政治经济学院失之交臂。“录取我的学校跟我第一年拿到的

offer相差不多，会觉得耽误了这一年的时间多少有点可惜。”然而，李可也并不后悔当时的选择，“我所就读的传媒专业对语言水平要求很高。间隔年里我在语言方面下了苦功，使得入学后听课、写论文都能应对自如，比我大四时强了不少。”

“不少人问过我‘间隔年会浪费时间吗’，其实这种问题永远不会有单一的答案。我身边的确有朋友回国后就是在家赋闲几个月，什么事也没做，该解决的问题一直都在。间隔年不是‘逃避年’，更不是漫无目的地消耗时间。”松裴最后强调说。

