

留学期间，收好这份实习攻略

本报记者 周姝芸



某矿业集团面向英属哥伦比亚大学中国学生举办招聘宣讲会。

资料图片

日前，启德教育发布《2023 研究生留学白皮书》。其中数据显示，近四成中国学生在留学期间有在当地实习计划。

实习是留学期间提升能力、拓宽视野的重要一环。在国外有哪些找到实习机会的途径？有什么技巧？本报记者采访了几名有经验的学生，帮助学子找到心仪实习岗位。

用好学校资源

在美国读研的刘雨露不久前在当地找到了一份实习。说起自己的求职过程，刘雨露提到，借助学校就业中心的资源是留学生寻找实习机会的较快途径。

刘雨露说：“我所在学院的职业发展和中心很多企业都有联系，学生把简历上传到职业发展的网站，企业在另一端可以看见。这家公司觉得我的经历匹配的他们招聘需求，就通过职业发展中心直接联系了我。”

“国外大学官方提供的求职资源，是很多中国同学会忽略的。”InVisor 国际教育创始人杨卓伦在接受本报记者采访时介绍，“很多国外大学的就业中心就像一个海量信息枢纽，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。除此

之外，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。”

对此，刘雨露深有体会：“学校职业发展中心还有专门负责招聘的老师联系我，他帮我修改简历，对我后续面试、入职提了不少有用的建议。”

记者了解到，对留学生而言，校内招聘会也是找实习的重要机会，许多企业的实习岗位会优先通过校内招聘会来寻找面试人选。

“校内招聘会是一场大型群面活动，越热门的公司，当天排队的同学越多，因此早点起床去十分有必要。”在美国学习计算机专业的刘子豪分享了自己参加校内招聘会的经历，“我认为在参加招聘会之前，就要提前了解情况，然后直奔最想去的公司及岗位，节省时间。轮到自己做介绍时，重点是让对方记住自己，可以举一些过往经历中生动的例子，以故事的形式讲出来。结束时，礼貌询问对方的名片或者邮箱，便于之后了解岗位进展。”

社交拓展人脉

“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，得知了很多优质职位信息，帮他找到了现在的实习工作。

韩昊阳认为，留学生可以用好职业社交平

台、校友通讯录，同时积极参加校友活动，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。

刘子豪提到：“对留学生而言，‘Networking’是一项重要的技能，它指通过社交人脉为自己引荐工作、学习的机会。相比于机会渺茫的海投，我认为‘Networking’最大的作用是让简历被看见，增加雇主邀请面试的机会。除了通过校友间社交活动，还可以通过‘coffee chat（非正式面谈）’、职场社交平台等方式直接链接目标企业的工作人员，向他们推荐自己。”

“很多时候，和公司前辈聊天能得到珍贵的第一手资讯。”刘子豪分享了自己的心得，“比如公司的实习岗位信息可能在还没放出之前，就有内部推荐的名额了。有时，岗位的真实需求、团队的做事风格不会写在招聘信息上，而和前辈直接沟通能知道情况。”

和前辈社交时有哪些技巧？刘子豪说：“在社交活动中除了要主动、大胆地推荐自己，表达想要入职的意愿外，还要展现真诚和靠谱。比如在见面时对公司的了解、行业有足够的了解，不浪费对方时间；如有求职进展，在第一时间告诉对方结果，感谢帮助等。”

提早进行准备

“在日本实习求职，需要提前1年开始准备。”丁婷毕业于日本立命馆大学，据她介绍，日本的实习种类通常分长期和短期。

“长期实习具体没有时间限制，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。我刚读研究生时，就意识到必须为找实习行动了。”丁婷介绍。

丁婷说：“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’，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。

刘雨露也认为，在美国当地企业找实习，面试准备不容小觑。她说：“其实学了这么多年的英语，对话是没问题的，但在面试这个特殊场景下，想要流利娴熟地表达，还是有难度。我在面试当天会先自己进行口语训练，这可以提前熟悉英语交流的感觉。后来，随着面试经历的增加，我会不断总结经验、调整自己，下次回答时就能更加有条理。”

据毕业于德国开姆尼茨工业大学的洪海沛介绍，中国留学生在德国寻找实习要明白自己的优劣势，发挥所长。他说：“我曾当地找到一家腕表公司的实习，因为他们正好需要一名既懂德语又懂中文的同学做翻译工作，正好和我的学历背景相匹配。”

“留学生和本地学生竞争要避开薄弱的求职领域。”杨卓伦持相同意见，“有些岗位倾向于招收中国学生，比如有中国地区业务的公司，这类岗位可以重点关注。”

“我希望将京剧的训练元素与西方戏剧创作方法进行结合，向海外的观众讲述中国的传统故事。”英国诺森比亚大学戏剧与文学表演专业硕士生熊晨雨说道。

融合东西方文化元素，用现代视角改编或演绎中国传统故事和历史成为一些海外戏剧人的创作手法。

在今年的毕业演出上，熊晨雨以《牡丹亭》中的“寻梦”为灵感进行现代化改编。剧目融合了京剧的程式化表演和西方的形体戏剧，并以传统戏曲中写意的舞台布置来呈现不同的时空。

“让西方观众理解中国传统故事还是比较难的，语言是一个比较大的问题。因此我选择用肢体表演的方式来解决语言不通的问题。”熊晨雨说，京剧和西方的形体戏剧都注重肢体动作的表达，并善用象征手法。熟悉西方形体戏剧的观众能通过相似的表演方式理解戏剧内容。

手势是东西方戏剧表演体系中的重要组成部分之一。在中国传统戏曲中，包含梅派“53式兰花指”在内的手势既能状物又能表意。西方的形体戏剧也强调运用手势来塑造人物和故事情景。在此次的创作中，熊晨雨强调了手部动作，并运用了水袖、长绸等戏曲元素。这些饱含东方韵味的身段和肢体表现力让观众折服。

“目前，不少西方的表演艺术家正在探索融合不同戏剧文化，以创新表演体系。演出后，我的导师希望我可以在英国开设工作坊，为当地的戏剧工作者提供京剧程式化的训练。”熊晨雨说，京剧注重对演员身体控制力的训练，从步伐、姿势到眼神都有严格的训练方法。西方的形体戏剧工作者希望融合这些训练技巧，丰富动作含义，增强演员的舞台表现力。这也为中西方文化交流提供了路径。

澳大利亚墨尔本大学音乐治疗专业硕士生、音乐剧《唐人街木匠》制作人兼钢琴演奏者刘冰瑶认为，面向海外观众讲述中华文化时，创作者们可以尝试从与当地历史文化相关的角度选择题材，并在叙述方式上加入现代化元素。

据刘冰瑶讲述，《唐人街木匠》的灵感来源于一部关于澳大利亚华人木匠的纪录片。故事围绕20世纪初受压迫的华人木匠展开。

“我的朋友李俊彬是马来西亚华人。他在看到纪录片后深有共鸣，于是便希望制作一部音乐剧讲述这段历史，展现来自广东的华人移民群体的家庭观和坚韧精神，以及新老移民面对不公和歧视时的态度。”刘冰瑶说，与当地历史直接相关的故事更容易让观众进入剧情，也能激发他们以不同视角解读历史的兴趣，并从体会其他民族的文化观念和习俗。

在音乐的制作上，刘冰瑶和朋友们将扬琴、笛子与吉他相结合，并加入说唱元素。在她看来，糅合不同乐器的声音特质、融合中西曲风可以为海外观众带来耳目一新的感受。不少音乐家正在寻求类似的跨界合作，比如，华人二胡演奏家与澳大利亚弦乐四重奏乐队合作、古筝演奏者与管乐队的合作等。

“与西方元素的融合并非改变了中华文化的特质，而是以一种贴合受众文化习惯的方式讲述我们的故事。这同时也是对创作者能力的考验。我们还将继续学习和探索。”刘冰瑶说。

中国留学生探索 戏剧创作新方式

刘洋

(来源：中新网)

中国—白俄罗斯大学联盟成立

新华社电（记者鲁金博）日前，中国—白俄罗斯大学联盟成立仪式在白俄罗斯首都明斯克举行，40所中国高校和41所白俄罗斯高校代表签署了《中国—白俄罗斯大学联盟成立协议》。

白教育部第一副部长巴哈诺维奇在签字仪式上表示，白中两国高校正落实40个联合教育项目，建立了10余个联合科研机构。他确信，白中高校联盟的成立标志着两国在教育、科研以及科研成果转化方面的合作水平提升至全新高度。

中国驻白俄罗斯大使谢小用表示，在白中国留学生人数已突破7000人，白俄罗斯已成为中国学生在俄语地区的第二大留学目的地；白全国共设立6所孔子学院和2所孔子课堂，中国多所高校设立了白俄罗斯研究中心；35所白俄罗斯中小学和11所高校设立了中文科目，中文被列为白国家统一毕业升学考试的外语选考科目之一。

中国—白俄罗斯大学联盟白方

秘书处单位、白俄罗斯国立信息与无线电电子大学校长博古什在致辞中说，白中教育工作者将以联盟为平台，提升学术交流频率，加快培养高素质专家并推出更多联合教育计划。

大学联盟中方秘书处单位、大连理工大学校长贾振元在致辞中表示，白中高校应以联盟为支点，着力推动两国教育蓬勃发展，让教育交流成为增进中白人民友谊的纽带，努力为中白全天候全面战略伙伴关系深化发展提供更加强劲的动力。

两国高校代表当天还参加了第一届白中高等教育机构校长论坛，就联合教育计划、科技创新合作、留学交流、代表团互访等议题进行交流。

中国—白俄罗斯大学联盟旨在搭建中白两国在高等教育领域开展高水平交流合作平台，以拓宽合作渠道，丰富合作形式和内涵，持续深化两国高校间交流与合作。

中国驻澳大利亚珀斯总领馆 提醒警惕“换汇”诈骗

本报电（张舟）近日，中国驻澳大利亚珀斯总领馆接到一西澳州留学人员来电，称其主动在某社交媒体上搜索“靠谱换汇”，并找到一个自称可以提供优惠靠谱换汇业务的人。双方互加微信后，该同学向对方转账数万元人民币，但最终没有收到澳元，才发现自己被骗。

中国驻珀斯总领馆提醒，诈骗嫌疑人大多混迹于微信群、朋友圈等网络平台，真假难辨，通过主动添加好友方式与受骗人建立联系，然后以“优惠汇率”诱骗受骗人汇款，得手后以各种理由拒付和玩消失，甚至伪造银行汇款记录和支票等支付凭证，给受骗人造成经济

损失。西澳中国公民和留学生应通过银行等正规渠道换汇，切记不轻信各种“优惠换汇”信息，更不要主动在网络平台搜索换汇信息，避免上当受骗。私下换汇不仅无安全保障，还可能涉及洗钱、非法买卖外汇等犯罪行为。

如遭遇诈骗，及时向当地警方报案，并注意收集和保留诈骗嫌疑人身份信息、涉案账号、转账记录等证据，以助于澳执法部门破案和后续法律程序。如被骗款项系通过中国内地银行转账，还可拨打国内户籍所在地110报警电话或通过国内亲友向警方求助。

留学申请，如何丰富科研经历

李开会

随着申请名校的竞争越来越激烈，学生的软实力越发受到重视，学术科研便是其中重要一项。它指学生利用课余时间，在教授的指导下完成一段2-3个月的研究，理工科主要开展科学研究，社科类主要开展课题研究。

每年都有部分学生通过科学的科研规划，提升自身竞争力，最后拿到如普林斯顿大学、斯坦福大学等名校录取或奖学金录取。获得一段独特且有含金量的科研经历，不仅能提升自己的学术能力，还可能获得一封教授的推荐信，这是重要的文书材料，为留学申请如虎添翼。那么，学生可以如何规划科研呢？

申请学术科研有三种方式。

第一种是通过院校合作项目，很多学校的国际合作部提供相关信息，大家可以关注学校和院系官网。

以斯坦福大学的某学术科研项目为例：每年招收12-18个大三学生参加斯坦福大学工程学院为期10周的学术科研项目，申请者学校包括清华大学、北京大学、中国科学技术大学等。每年秋季，斯坦福的相关教授会给中国大学发送职位，对应学校收到后，组织学生筛选，具体每个学校流程略有不同。一个职位选出几名候选学生，最终录取由教授做决定。

第二种是通过学校开放的申请项目，此类项目面向全球招生，学生可以通过对应学校的学术科研项目官网直接



英国剑桥大学景色。

资料图片

申请。

例如加利福尼亚大学洛杉矶分校组织的博士生录取和研究培训项目，它是面向优秀本科生的学术科研项目，为期10周。学术科研的专业涵盖生物医学和生命科学、物理科学、工程专业、地理、社会学、城市规划、经济学等16个专业方向。

再如卡内基梅隆大学的RISS项目是本科生机器人研究项目，能与世界上知名的机器人和人工智能专家进行研究，发表和展示研究成果、获得资金和支持。研究领域包含现场机器人、计算机视觉、机器学习、人工智能、自动化、图形学、人机交互和空间机器人等，非常适合计算机科学、电子工程等专业的学生申请。

第三种是个人自主申请，学生自己通过邮件的方式给目标教授发邮件联系，介绍自己的背景、询问教授是否招生暑期实习的学生。很多学生都会采用

这种方式，竞争激烈，一定要提前规划。在发邮件之前，大家务必要去看教授的官网资料，速读教授论文，在邮件中提出自己的见解和想法，寻找教授的课题与自己所做课题的匹配点，告知教授可以为其实实验室做出贡献。

为了提高邮件的回复率，大家也可以发动身边的人际资源。比如通过自己认识的教授、学姐学长等做推荐，这样可以大幅提高成功率。比如我曾认识一个学生，她在大二时申请学术科研，由于科研经历尚有欠缺，所以发邮件后没有进展，之后她联系上一名读博学姐，内推简历，后来通过面试被录取。

申请科研期间，大家的心态要放平。如果努力过还是没有得到机会，也不要灰心，学术科研只是申请材料中的一个部分，不同的学校、专业对其要求还是有很大差别。祝愿每一个学生都能够最终圆梦向往的学校。

(作者系托普仕留学业务总监)



留学服务站