

出国留学,如何做好职业规划?

□周姝芸

出国留学让海外学子收获的不仅是学识,还开阔了眼界,提升了综合能力。对于学子们来说,该如何进行职业规划,迎接就业的机遇和挑战?就此,记者采访了几名中国留学生和职业规划领域相关专家,以助力学子们开启职业生涯。

搜集信息提前准备

“学子在决定要出国留学时,职业规划就应同步开始。要思考选择什么专业以及该专业未来的就业方向,意向行业的前景、薪酬收入、产品和服务模式等问题。”北京首经人力资源开发中心主任王瑛认为,职业规划不是等留学生快毕业时甚至已经毕业才去启动的一项工作,而是要提前提上日程,这有助于职业生涯发展顺利。

陈子鹭是英国谢菲尔德大学景观建筑专业的大三学生,当初

在选择专业时,她就曾主动搜集信息,做过明确的职业设想。“据我了解,景观建筑专业就业方向包括园林景观设计、建筑规划、房地产开发、基建管理等,随着城市建设和环境建设的发展,这类岗位的需求会越来越大。此外,谢菲尔德大学该专业的排名位于世界前列,课程安排全面、丰富,学校每年公布的该专业的就业率也很高,因此我选择了来这里就读。”

此外,王瑛建议海外学子在

留学期间,要提前了解国内招聘的进度,不要等到毕业回国后才开始关注心仪单位的招聘信息,更早参与能有更多的机会。“国内校招通常分为春招和秋招,这与国内高校学期设置相对应。秋招一般在9月到11月,春招一般在3月到5月。大部分的招聘岗位都能在秋招期间找到合适人选,春招时的岗位数量就会有一定比例的缩减,因此,海外学子一定要提前关注国内大型招聘平台、目标企业官网动态。”

如何找到合适职业

“有不少留学生并未真正了解自己的思想,不是根据自己的现实情况制订职业规划,而是遵从父母、老师的建议。”在王瑛看来,个体的能力、兴趣、性格等差异很大,没有一个个体的职业规划是可以复制的,因此,必须要根据个人情况来开展职业规划。

那么,如何找到适合自己的职业呢?“在校学生可以在假期争取更多实习机会,积累经验,了解不同行业发展趋势,从而找到适合自己的职业方向。”领英中国产品运营总监与校园品牌负责人陈怡静如是建议。此外,学生在留学期间学习核心专业课程的同时,也可以尝试多选修感兴趣的课

程,了解不同学科的专业知识和思维理念,为找到适合自己的职业做准备。

“虽然商科专业比较热门,但我的兴趣爱好比较文艺,喜欢画画、书法等,所以选择了更适合我的景观建筑专业。”陈子鹭谈到亲身体会时说,“大二暑假时,我在杭州的一个设计院实习。这段经

历让我把知识运用到了实践中,不仅开拓了行业视野,还让我更加明确未来的职业目标。我身边也有不少同学在大一就开始实习,早早做规划是很有必要的。”

“在求职过程中,学子们会面临各种选择,每个选择都和自己的能力、信息、视野范围等

息息相关。”陈怡静补充说,“在探索职业的道路上,留学生一定要找准信息渠道,比如重视连接校友关系和目标公司的人脉,跨地域、跨代际地去拓展信息渠道。同时,还可以与来自不同国家和地区的从业者进行交流,在不断变化的人才市场中找准方向。”

发挥留学生优势

要做好职业规划,明确自身竞争优势是不能忽视的一步。对中国留学生而言,海外学习的经历能带来哪些竞争优势?如何利用好这些优势,使求职之路更加顺利?

“根据领英的调研报告,半数海外学子会担忧留学生这个身份优势不明显,求职竞争力小。实际上,国际化视野、多元思考能力就是留学生的明显优势。”陈怡静认为,企业招聘更看重一个人在职场上的学习能力、上升潜力。留学生在跨文化环境中可以开阔视野,对企业需要的创新思路及实践方法有更高的匹配度。

“留学时能接触到许多优质、国际化的资源,比如在英国谢菲尔德大学,不少建筑专业的教授是国际知名设计师,他们在全球各平台受邀做讲座。作为本校学子,我可以近

距离得到他们的指导。”陈子鹭说,“同时,谢菲尔德大学的学生也有机会参与学校和其他国家高校合办的活动,这些经历可以带来独特体验,也让我的求职简历更加丰富、有亮点。”

除此之外,根据领英相关统计数据,具有全球化背景的企业在招聘时对留学生更加青睐。“留学生的语言优势、跨文化沟通能力等都是这些企业所看重的。”陈怡静解释说。

毕业于德国斯图加特大学的苏子仁倾向到外企工作,“外企在招聘时会考察应聘者的英语能力,这是留学生展现特长的机会。比如,我在第一轮面试中就用英语回答了个人简历、性格、经历等。另外,在国外有过实习经历的同学,对外企氛围相对熟悉。”

(来源:《人民日报海外版》)

阅览室的3159号座位

□叶晓光文/图



今年春季,我完成了在日本的硕士学业。回国之际,我动笔记录下了留学时在图书馆阅读的点滴时光。

我留学的地方是紧邻日本东京的埼玉县,因为新冠肺炎疫情,我在入学后,上了3个学期的网课。平日里,我会每周来学校几次,最常去的地方便是埼玉大学的图书馆。

学校图书馆是一座3层的方形建筑,藏有各式各样的书籍以及上万种杂志。在一楼大厅的右侧,是学校诺贝尔物理学奖得主的成果资料展示室,左侧则是学校同学会发展历史的展示厅。在二楼的报纸阅读角里,有来自各国的报纸,我经常在此阅读《人民日报海外版》,时刻关注着祖国日新月异的变化。

据我观察,常去图书馆的学生都有一个偏爱的座位。我喜欢坐在3楼阅览室的3159号座位,这个位置有书架挡住了走动的学生,又不太靠近窗边,避开了刺眼的阳光,让我能够享受安静,专心阅读、写作。疫情期间,不能经常出游,但只要一书在手,我就会沉浸其中,这可不比观看各地奇美风光的乐趣少。

在图书馆度过的日子里,我印象最深刻的事情,莫过于3年前学校农业研

究协会组织的参观。当时在协会会长和图书馆管理员的带领下,我们参观了图书馆的收藏室,我有幸看到了法国昆虫学家法布尔的作品《昆虫记》。我还记得小学六年级时,语文老师要求学生阅读世界名著,我选的便是《昆虫记》。如今,

我不禁想起书中名言:“人不能在生命的旅程中一遇到拦路的荆棘,就把生命当成笨重碍事、一文不值的东西扔掉。”我从中读懂的是,我们应当敬畏自然、敬畏生命,也要在遭受挫折之时,保持积极的心态应对困难。

我喜欢阅读文学作品和社会科学类书籍,最喜欢日本作家村上春树。他的作品《当我谈跑步时,我谈些什么》深深感染着我,因为我也是一名运动爱好者,曾参加过东京马拉松比赛,也攀登过富士山。在我看来,运动和读书同样重要,从书里汲取的知识能给我精神食粮,参加长跑最激动人心的时刻,不是越过终点,而是感到自己快要跑不下去,听到路边的观众鼓励又振奋起来的那一刻。登山的幸福感受,也不是来自登顶成功,而是在攀登过程中对周围风景的欣赏。

埼玉大学的图书馆,陪伴我度过学习的时光,这些阅读经历也在改变着我。我想告诉更多人,请珍惜阅读的时光,因为阅读是一场心灵的旅行,在书海畅游收获的不仅有知识,还有无穷的精神动力。

(来源:《人民日报海外版》)

走过伦敦的春与秋

□李如一文/图



去年9月,在英国伯明翰附近的高中完成3年学习后,我如愿以偿成为了伦敦大学学院历史系的大一新生。手握学校特制的绿色镶边学生卡,我怀着憧憬,在理想学府开始了新的学习和生活。

伦敦大学学院的历史系很注重专业课。在大一学年的120个学分里,一半是和历史相关的必修课。选修课中,也只有少部分是历史之外的内容。我喜欢历史,想要系统学习的内容很多,包括向往已久的哲学史、充满好奇的世界近代经济史等。因此,在阅读完丰富的课程表后,我感觉特别充实。

学期开始之后,线下交流课、线上预录课和大量有趣、深刻的历史文献阅读迅速占据了我大部分的精力,每一天的学习都给我带来崭新的收获。学习之外,我也探索周围环境,迅速熟悉了伦敦大学学院附近的大街小巷。在这里,我能找到安静自习、借阅材料的图书馆,也能找到满足我的中国胃、让我感受到家乡暖意的中餐馆。平日里,我也保持着和家人的联系,怀着思念的心情,在每个留学的日子,我想不负他们的期待努力前进。

除了学习和生活,对我来说最重要的一件事是加入了伦敦大学学院的中国学联。在这里,大家建立起亲密的友谊,群策群力,为学校的中国同学提供了一个温暖的家。我加入的是学联文化部,撰写了不少公众号文章,也作为执委参加了学联文化部主办的新年活动。我还记得举办当天,中国同学和外国同学体验花样繁多的游戏,开怀大笑、其乐融融,这让我深深体会到了举办活动的成就感。

冬去春来,时至3月,在宿舍附近的小街上,一树粉红色的樱花盛开,远远看去,犹如拥簇锦簇的彩云,每每路过我都心情大好。春天来了,学习之余当然更要出门走走,而伦敦极负盛名的音乐剧演出地则是一个绝妙的去处。无论是《狮子王》还是《歌剧魅影》,惊艳绝伦的舞台、演员们精彩的

表演都让我拍手叫绝,犹如奔赴了一场视听盛宴,在现实无法勾勒的斑斓故事里流连忘返。演员们拼尽全力、挥洒汗水,给现场观众留下美的感受与回忆,他们对艺术的追求让我很是敬佩。

最近,回家之期将近,我在努力学习的同时归心似箭。我突然意识到,第一个大学学年将要收尾,而我已经在这座常常是阴雨天的城市里度过了整整3个季节,不免感到时光如梭。转念一想,这一学年在伦敦大学学院充实而美好,对于即将到来的暑期,我已经有了做志愿工作、出门旅游等规划,最重要的是回国见格外想念的家人。我想利用暑期放慢脚步,同时提升自己,然后在下一个落叶纷飞的秋季,元气满满地再次拥抱伦敦的晨风和晚霞。

(来源:《人民日报海外版》)