留学指南

收好这份海外实习指南

实习是留学期间提升能力、拓宽视野的重要一环。临近暑期,不少学子打算利用这段时间找一份优质实习工作,为职业发展打好基础。

图片来源:千库网

在国外有哪些可以获取实习机会的途径?求职有什么技巧?记者采访了几名有经验的学生,帮助学子找到心仪岗位。

重视社交人脉

就读于美国波士顿大学的林肖不久前在当地找到了一份实习。说起自己的求职过程,林肖提到,通过校友联系能大大增加获取实习的概率。

"一开始,我投出的简历石沉大海。"林肖说,"原本我在各公司官网上搜索岗位,不仅数量有限,而且好的岗位竞争激烈,投递之后便没了下文。正当我发愁时,在一次校友活动中我结识了一名已经工作的学长,他所在团队正有招聘商科专业暑期实习生的计划,我便把简历直接发给了他,不久就接到了面试通知。"

林肖说:"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。"在英国留学的赵灿分享了自己的心得,"比如公司的实习岗位信息可能在还没放出之前,就先有内部推荐的名额了。有时,岗位的真实需求、团队青睐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。"

赵灿补充说:"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,比如在见面前对对方的公司、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。"

利用学校资源

对许多留学生而言,career fair(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career fair来寻找面试人选。

"career fair是一场大型群面活动,越热门的公司,当天排队的人越多,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的经历,"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。轮到自己介绍时,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。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。"

除此之外,借助学校就业中心的资源也是留学生寻找实习机会的较快途径,因为很多雇主不会公开招聘,而会直接对接学校。

"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的账号。"Invisor国际教育创始人杨卓伦介绍说,"不仅如此,就业中心的服务具有延展性,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,赵灿有相同感受。"我们学校的就业中心和很多企业都有联系,提供各类丰富的实习机会。学生把简历上传到学校网站,企业可在另一端看见。此外,预约就业中心的咨询服务可以和老师一对一交谈,获得实用建议。"

进行大量练习

"在日本实习求职,需要提前1年就开始准备。"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。"我刚读研究生时,就意识到必须要行动了。"丁婷说。

面试时,和外国同学一起竞争,外语表达是否会影响表现?丁婷说,语言的弱势的确没办法忽视,但可以通过大量的提前练习弥补。"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'。我的方法是反复练习模拟面试,我找日本朋友练过,也报名参加过各种模拟面试的活动。"最终,丁婷如愿收到了心仪公司的实习录取信。

杨卓伦建议:"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。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。"

洪海沛毕业于德国开姆尼茨工业大学,他找实习的经历印证了求职体现优势的岗位事半功倍。洪海沛说:"我曾在德国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。实习岗位的需求正好与我的学历背景匹配,顺利通过面试入职。"

延伸阅读

在海外,哪些求职网站可以找到实习机会?

1、Linkedin这个网站为美国企业和求职者提供在线服务,雇主发布职位,求职者可投递简历。首先创建账号,完善个人资料,在页面顶部职位类型选择"实习"可获得有效信息。

2、Idealist网站最初是联系不同社区和非营利组织的平台,后来增加了志愿者招募、职位空缺、实习等信息。

3、Indeed网站致力于改善互联网求职体验,为求职者提供全面、精确的招聘信息。

(周姝芸 来源:人民日报海外版)

学子手记

在新西兰读博的日子

新西兰风景秀丽,气候宜人,在新西兰留学的日子里,我不仅获得了丰富的学术知识,也充分感受到了新西兰独特的人文环境、美丽的自然风光。

新西兰高等教育学校主要有8所公立大学,分授课型和研究型课程。我所在的8所公立大学之一的梅西大学校园分布在惠灵顿、奥克兰和北帕城市。

学术研究之路是探索、追求、磨炼之路。记得在收到博士录取通知书的时候,我曾不禁好奇读博生活会是什么样的?对博士学习既期待又忐忑,一方面期待通过读博对学术研究有全方位的提升;而忐忑的是知道接下来将要面对更大的挑战和更艰巨的科研工作,而如何突破才是关键。

就这样,我开启了在新西兰的读博之旅。开学第一周,学校便组织了各类博士入学讲座,讲解如何通过博士期间的中期审核,如何更好地在国际会议上展示文章以及如何有效整理文献资料,让我们对博士学习做足准备。

我在参加讲座的过程中认识了来自不同学院的博士同学,大家互相分享学术研究的经验和感悟。学校在博士生的学术研究方面给予很大的支持,让我印象深刻的是,学校支持博士生旁听各类课程,于是在征询任课老师同意后,我便可以去旁听感兴趣的不同课程。学院还会组织召开"早茶会",介绍学院最新发表的论文和新入学的博士生情况。席间大家在轻松的氛围下做自我介绍,与老师们交流学术观点,让我感受到浓郁的学术氛围。

作为金融学方向的博士生,学校的金融专业有着丰富的教学经验和先进的彭博终端机数据系统,可实际操作,获得金融市场和金融资产的即时信息。在学术研究中,导师们给予了我很大的帮助和指导。研究团队定期召开会议,讨论和研究课题进展、数据分析结果等,导师们会对研究方向和进度提出指导建议。学院在每周三中午定期召开学术研讨会,邀请来自不同国家高校的研究人员报告最新研究成果,通过研讨会我加深了对不同领域学术研究的了解。

学术之余,我参加了各种形式的实习、研究讲座等活动。比如我组织了学校投资俱乐部讲座活动,积累理论和实践经验;加入了新西兰经济学家协会,学习行业内前辈对经济发展的见解;利用假期我到国内金融机构新西兰分部实习,参加当地和国内金融机构座谈会,拓宽了金融领域知识面。

在留学生活中,我担任了奥克兰中国学生学者联谊会主席,时常有机会参加中新友好交流活动。在与新西兰本地学生交流时,偶尔会遇到曾在中国留学过的新西兰同学,他们谦虚地说只会说"一点"中文,实则说得相当不错,和我们相约品尝四川火锅。身边很多新西兰同学对中国传统文化有着浓厚的兴趣。有时为了更好地向本地同学们讲解中国传统文化,我会经常查阅中文资料,然后找到合适的英文表达,再向本地同学们解释和探讨。新西兰同学也热情地向我介绍当地的文化特色和自然风光,我们相约徒步、健身,一同领略新西兰城市发展的魅力和美丽的大自然风景。

在新西兰读博的留学经历培养了我,让我在学术研究和文化交流方面收获颇丰,这将是我人生中宝贵的财富。

(文雁涛 来源:人民日报海外版)

留学服务站

9月起GRE普通考试时长将缩短

近日,ETS(美国教育考试服务中心)宣布自2023年9月22日起GRE普通考试时长将缩短至2小时以内,约为现行考试时长的一半。考生现可报名2023年9月22日及之后的考试。

据悉,GRE普通考试是包括商学院和法学院在内的全球研究生类项目广泛接受的入学考试。GRE普通考试评估申请人在研究生阶段学习中所需的文字推理、数量推理、批判性思维和分析性写作能力。此次具体调整包括删除分析性写作部分的"论证分析"(Analyze an Argument)任务;减少数量推理和文字推理部分的题目数量;取消不计分的加试题。

除上述调整外,考生在考试结束后仅需8-10天便可收到官方成绩报告。

ETS首席执行官阿米特·塞瓦克表示,此次调整旨在为考生提供更好的考试体验,帮助他们节省考试时间,并减少考试可能带来的焦虑和疲劳感。ETS将不断创新测评产品,维持考试严谨、有效的同时提升考生体验。

(周姝芸 来源:人民日报海外版)

中国驻新加坡大使馆提醒防范"虚拟绑架"类电信诈骗

近期,中国驻新加坡大使馆连续处置2起中国留学生遭遇"虚拟绑架"类电信诈骗案件。目前,当事人虽均已找到,但当事人家庭遭受不同程度财产损失。

诈骗分子往往利用当事人"怕事"心态,通过冒充当地执法人员等欺诈手段获取当事人的个人信息,随后将电话转接到"国内公检法机关"并发送虚假的"逮捕令""通缉令""法院传票"等,诱骗当事人下载网络社交软件进行一对一联系。期间,诈骗分子会要求当事人以"协助调查"为由与外界断绝联系、自行租房,甚至前往第三国藏匿并拍摄遭"殴打"等视频,后把视频发给当事人家长索要"巨额赎金"。

中国驻新加坡大使馆提醒在新加坡的中国公民切实提高防诈意识,提升自我保护能力,严防包括"虚拟绑架"诈骗在内的各类电信诈骗。如接到类似涉嫌诈骗的电话、邮件,尤其那些显示来自海外、有"+"前缀的电话,要做到"遇事不慌""来电不信""要钱不给"三原则,并第一时间报警或拨打中国驻新加坡大使馆领保电话进行核实。(张舟 来源:人民日报海外版)

本报转载使用的部分文章及照片因不能与作者取得联系,请作者与本报联系,以便领取稿酬