



浙江大学 外国语学院
SCHOOL OF INTERNATIONAL STUDIES
ZHEJIANG UNIVERSITY



飞跃计划

FEI YUE JI HUA



目 录

保研	1
柏凡	2
陈昕	5
陈媛媛	7
冯梓萌	9
胡诗婕	11
李祎哲	13
陆静文	17
罗馨怡	20
钱憬畅	21
任泓博	23
沈晨祎	26
施宇熹	28
孙畅	29
王思睿	31
王翼飞	34
叶霖蓁	36
俞典	39
张蓝月	41
张思捷	43
张璇	45
张叶烨	47
张郁竹	50
赵婧雯	53
周璇	54
 考研	 57
陈淑虹	58
郭桓维	62
金苏玥	67
李欣宜	69
梁钰捷	75

阮懿子	78
宋泊萱	82
谢煜璐	86
张鲜凯	89
张馨月	98
出国/出境	102
VIA 英语	103
马玺媛	106
倪学姐	108
聂若宜	110
陈科宇	112
林一婧	114
龚雅奇	116
就业组-本科	120
林瀚	121
林梓祺	123
就业组-研究生	126
陈晓芳	127
高铭君	128
洪达理	131
李梅芳	132
苗汇林	134
王琿	136
王洛梵	137
杨诗琳	140
姚瑶	142
赵瑾 Elayne	144

保 研

柏凡

浙江大学 2019 级俄语本科毕业生

保研至华东师范大学 教育学

一、个人规划

首先，为什么要读研。实际上，对于我而言，读研是我的选择之一，所以我同时准备了读研和考公，只是最终先被录取为研究生，所以就先读研，毕业后再考公，研究生的学历对于以后的事业发展也有一定帮助。其次，为什么选择保研。这个问题不言自明，我所认识的绝大部分同学都有或者有过读研的想法，且大部分有读研想法的人一旦有了保研的机会都不会轻易错过，毕竟和考研相比，保研的竞争压力小很多。

对于语言专业就读体验，我认为通过语言专业的学习，可以提升获取信息的能力，借助所学语言了解其他国家。但是我认为语言专业的学习缺乏深度，即使我掌握了一门新的语言，但对于世界的认识没有加深，这就好比我用外语重新学习了一遍中小学已经学过的知识，与此同时其他专业的学生已经在攀登知识高峰了。对于语言专业的前景，我认为它所需要的人才会不断减少、质量要求不断提高。

目前，我是跨专业保研到了华东师范大学教育学学硕。之所以选择跨保，原因是相比于人文科学，我对社会科学更感兴趣，所以一开始便没有打算在外语专业深造，大学中我大部分阅读的书籍也是社会科学相关。受制于大学以前小镇做题家的教育经历，在大学前期我并没有清晰的职业规划，我阅读了大量感兴趣的书籍，听了各学院讲座，修读了心理学、教育学、法学、哲学、传播学等专业的课程，这为我后期跨保打下了基础。而实际上，我的成绩一直处在保研边缘，在大四开学以前没有为保研作任何准备，因为我坚持的想法是：如果有保研名额，不需要长时间准备也可以推免成功；如果没有保研名额，准备再长时间也毫无用处。果不其然，在大四开学初，我被列在了保研“候补”名单中。

在距离 9 月 28 日推免系统开放还有 5 天的时间，我才接到了通知：我幸运地拿到了保研名额。在这 5 天时间里，我的工作紧锣密鼓：确定专业、投递简历、准备预推免面试。因为我此前没有确定读研专业，所以这五天中我选择了三个比较容易接受跨保的专业：教育学、社会学、马克思主义理论，这样，我前三年的社会科学积累就派上了用场。在广泛投递简历之后，我接到了 4 所高校的面试通知：西安交通大学马理论、武汉大学教育学、哈尔滨工业大学社会学、华东师范大学教育学。5 天时间内，我准备并参加了 4 场面试，最终获得了西安交大马理论、哈工大社会学、华东师大教育学的 3 个 offer，结合个人兴趣和未来职业发展，我最终选择了华东师范大学教育学专业。以上是我的保研经历，总结来看，存在相当大的运气成分，同时前三年的社科知识积累成为我面试成功的基石。就我的经验而言，教育学、马哲、社会学都是跨专业友好型专业，相比于知识的深度，它更强调知识的广度。

二、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

这首先取决于个人职业规划。就我个人而言，职业目标是体制内工作，所以优先级：学习大于活

动大于实习。

2. 提升科研能力

多参加科研项目，如 SQTP、SRTP 等，但我都没参加过。我主要通过阅读专著、听讲座、听课程提升科研能力。

3. 关于辅修

根据个人情况，可以辅修，但是注意这可能会影响绩点。

4. 及时了解有用的信息

最重要的是利用互联网，其次是咨询同学，当然保研是一项存在长期性竞争的事情，不排除同学有私心而不告诉你消息或告诉你错误消息。

5. 其他建议

个人认为大学最重要的心态是：自由、洒脱、勇敢。就像在保研阶段，我并没有把读研当成我的唯一选择，所以面对“候补”的尴尬局面时，我的想法是：有名额，抓紧时间准备；没有名额，考公也是好出路。

生活上保持整洁卫生，干净的桌面让人心旷神怡、高效专注。

社交上拒绝无意义社交，讨厌的人大可不理睬，爱的人要好好珍惜，和真诚的人交往，远离小人。

三、保研流程及经验

1. 申请材料准备

查询心仪院校接收保研名额信息，制作个性化简历投递。

2. 面试准备

作为一个跨专业的学生，在面试时，一是要表达自己的兴趣、二是要突出自己的价值，如知识面广、可以开展比较研究；三是体现自身的学习基础，如修读过对应专业课程、读过专著、听过讲座等等。

四、其他分享

1. 保研心路历程

大三到大四开学初成为“候补”时，我对于保研持无所谓态度。“候补”转正后五天内逆风翻盘，五天内非常焦虑但效率非常高，我准备了中英文自我介绍、3 个专业的专业课问题，佩服我自己。在获得华东师范大学教育学名额之前，这就是我在面试的 4 所学校中最心仪的，所以当华东师大的老师电话通知我面试第一名通过后，我喜极而泣。9 月 28 日，保研系统开放，我顺利成为拟录取研究生。前后约一周的时间，我承受了前所未有的压力，峰回路转、柳暗花明之后我听了 many 遍《骄傲的少年》，仿佛我就是那个“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”的自由而奔放的少年。

2. 想对学弟学妹说的话

对于保研边缘人，我的建议：

一是不要放弃保研材料递交的机会，因为存在“候补”上岸的可能性。

二是可以广撒网，利用已具备的知识技能，海投并多参加面试。

三是多手准备，保研/考研/找工作都可以同步进行，且他们可能是互补的，如考研专业课复习可以用于保研面试。

陈昕

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 外国语言学及应用语言学

一、个人简历

辅修国际贸易，成绩排名 20/75

二、个人规划

一直以来都有非常理想主义的追求：探究真理。听起来蛮好笑的但是我觉得对我个人来说，对外部世界的探索是我进行一切活动的内驱力。大二的时候抱着文转商的想法修了非常多经济学院的课，但是在学习过程中发现我对于经济学的信念感不强。很多学语言的同学或许都有转商的想法，不过我在真正了解了之后发现自己并不喜欢：也可能是因为经济学的课都只有 70 分吧。在此期间我对于语言学的课一直都很感兴趣，也要感谢 Tim 带我们一脚踹开语言学的大门吧。在大三了解到了心理语言学这一个方向，同时在牛津线上导师制计划中学习了神经语言学专题的课程。读了一点文献并了解了领域的研究问题之后，我觉得自己还是比较喜欢这样一个有“以人为本”、富有人文关怀的科学领域。

回顾过去偶尔可能也会冒出“早知道不要辅修了”这样的想法，不过更多时候我还是很感谢这些学习经历，即便这对我的 GPA 并不友好哈哈哈。做出选择这个事情不是说一定要选择出我最喜欢的，排除掉我不喜欢的也是很不错的选择。我觉得大家不必太过焦虑，也不用给自己设限，试错的机会是有很多的，不用纠结于自己是否“too late”，找到目前自己最喜欢的并坚持去做就是很棒的一件事了！

三、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

学习肯定是排在第一位的，这个学习的过程不仅包括夯实专业基础，也包括尝试专业交叉的可能性。至于活动和实习，我觉得可能商科对于这些比较看重，别的方向的话可能更看重科研经历。所以需要先做决定自己是想要偏科研还是偏就业，然后根据自身情况来丰富个人简历：参加比赛、实习、科研项目等等。

2. 如何提升科研能力

我觉得需要主动。因为实际上各个学院对于本科生参与科研活动都是非常鼓励欢迎的，有很多机会，所以需要主动去联系老师、学姐。如果加入到导读/组会中，能获得的进步是自己闭门造车无论如何也比不上的。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

可以。辅修就是一个尝试，合适就继续学不合适就离呗还能凑合过吗？

4. 如何及时了解各种有用的信息

一方面是自己需要关注各类网站、公众号等等，还是以语言学举例吧，有很多平台会发布讲座、会议、线上课程的信息，通过这些活动能加深对于该领域的了解。多看官网，比如说选择导师就可以看老师的个人主页，去读老师的论文然后看看他们的研究兴趣是否你也感兴趣。另一方面可以问学长学姐，尤其是本方向的本校的，感觉大家都是非常热心的！

5. 其他建议

多体验，多看书，多睡觉！

四、保研流程及经验

这方面实在谈不上经验分享，只能说是反面教材以示警告。我只参加过浙大外应的九推面试，准备的时间也很短：大概三天左右。我做的准备主要是（1）复习语言学课程的笔记。很多专业知识确实是需要时不时回忆一下不然很容易记混或者忘掉。我了解到语言学考研好像是参考《语言学教程》这本书，所以我也借来浅看了一下。（2）梳理个人科研经历。这个部分其实我在暑假就做好了（因为当时还在准备出国来着），主要就是科研项目、SRTP、得分高的专业课论文、掌握的科研技能。（3）准备自我介绍和可能提到的问题。提前演练一下，一方面让自己心态放松一点，另一方面保持自己的口语处于比较火热的状态。

五、其他分享

1. 保研心路历程

我并没有入选浙大的语言学夏令营，当时还挺挫败的在暑假就开始准备出国了，语言成绩也是那个时候出的。因为我比较清楚国内的 program 我最想要去的就是浙大外应，别的不做考虑（其实这个想法蛮危险的）。然后对于心理语言学的留学我也做了基本的调研，美国的院校基本都只招收博士生或者特别优秀的本科生（有论文发表的），德国的院校（我很喜欢德国）需要本科专业大部分的学分跟所申请的专业有关，我没有心理学的 background 所以也很难申请。基本上只有英港地区的学校适合我，而那边主要一年学制为主，可能在 PhD 申请上不是很有优势（Mphi 除外）。所以开学之后发现自己可以保研的时候我短暂纠结了一下之后就选择保研了。

2. 想对学弟学妹说的话

说了那么多其实我最想跟大家说的是不要太着急，事实上本科阶段只是开始，未来肯定是道阻且长。前段时间我在听 SFG 的《围城》，我们好像总把时间轴跟人生事件轴挂钩，大一要做什么大二要做什么，大三还不做你就完蛋了。但是什么年纪跟做什么没有任何关系，自己喜欢做什么 matters。祝大家以后都能从事自己热爱的事业！

陈媛媛

浙江大学 2019 级法语本科毕业生

保研至浙江大学 教育学

一、个人规划

我读研的考虑其实比较仓促和随意。一方面觉得自己在本科四年学业的探索相当粗浅，希望有机会可以在某一个方向继续钻研；另一方面我认为自己并没有做好就业的心理准备，并且对就业形势有点焦虑。至于选择保研的原因，基本同上。在了解同专业同学的去向后，发现自己有机会可以推免，所以就去尝试了。我现在是推免到了教育学院教育学专业，方向是教育史。我确定跨保专业的原因也比较简单，一是认识教育学的研究生学姐，并且其中有从外语跨到教育学的；二是有所耳闻教院的老教师比较青睐外语专业出身的同学。

我认为学习语言专业需要有兴趣支撑，并且有不断练习和提升自己的动力与毅力。语言专业的培养模式还是比较独特的，首先学习语言的基础知识，掌握基本听说读写能力，再以此为基础在不同的课程中拓展文化、历史、经济等方面的知识。关于语言专业的前景，如果单从升学和就业方面来说，其实非常因人而异。如果只考虑翻译、老师等职业，那语言专业似乎可以提供的未来选择面很窄。但是身边也与许多人将语言专业和其他专业相结合，比如留学法国攻读商科。我认为只要认真考虑并且愿意尝试，还是有非常多的可能性的。

我不认为自己的保研经历具有很强代表性，毕竟时间非常仓促，其中也伴随了许多的意外和惊喜。在我看来，在考虑自己未来去向上还是需要早做打算。例如，及时掌握自己的绩点和排名情况，自己的兴趣所在，某些专业发展情况等等。

二、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

学习 > 活动、实习

就我而言，三者的优先级排序并不是定死的。但是在大一的时候，我还是觉得学业为重，毕竟这个时期的课程都是基础课，学习效果好坏非常影响后面几年的学习。在慢慢适应学习节奏之后，当然可以多分配时间给活动。我认为发展兴趣爱好是大学生活很重要的组成。我自己在文琴合唱团呆了四年，每周固定两天晚上训练。大一非常辛苦，但是平衡了学业之后，大二大三我非常享受这样的生活。我的实习经验寥寥无几，但是一些对于实操或者特定技能有要求的专业，实习还是非常积累经验和给简历加分的，比如传媒。

2. 如何提升科研能力

几乎无经验，但是 srtip 是很好的锻炼机会。

3. 如何及时了解各种有用的信息

读研择校可以关注学院举办的一些分享会，或者主动联系保研的学长学姐来咨询信息。学校也会

邀请其他高校的老师举办讲座，多多参与和交流，也可以增加其他学校的特定专业的了解。

三、保研流程及经验

1. 申请材料

认真阅读所需材料的清单和要求。不同学校不同学院需要准备的材料（包括个人简历、成绩单、推免面试 ppt）可能各不相同，尽量留足时间，避免因材料的缺漏或者错过截止日期而错失机会

2. 面试

首先明确要求，学院网站会对个人介绍的内容和时长有要求，务必按照要求来准备（尤其要确认是否中英文面试）。其次熟悉 ppt 和自己分享的内容，每段经历都有可能被提问，做好展开介绍和解释的准备。此外，可以预设问题，并简单准备回答，一些模式化的问题可以咨询参加过面试的学长学姐。最后，注重练习，多读稿子，可以对镜调整表情和体态。

四、其他分享

保研心路历程

其实推免每年的意外情况还挺多的，比如前面的同学决定出国、学院匀过来名额。建议在保研边缘的同学还是不要过早放弃这条路。找班主任交流有时也可以获取一些信息。

不要把鸡蛋放在同一个篮子里。像外院法语推免端是大于接收端的，能得到推免机会的人可能有四五个，但是接受名额只有两个（不包括直博）。所以一般情况下还是需要考虑其他学校的法语专业，或者是跨专业保研，尽量做两手准备。提早关注其他高校的夏令营，可以先参考往年的情况，最好可以联系到有经验的学长学姐。这种夏令营一般会卡成绩，可以试一试，如果能入选夏令营并且拿下优营，接受端就会比较稳，甚至可以在预定老师的研究生名额上占据优势。还有一个问题就是学校的层次。就我而言，我是不太愿意去双非的。可能当初教院推免面试没通过，就需要去比浙大稍差的学校。对我来说，这是非常艰难的选择。如果个人更看重一个学校在某一学科的排名和成就，那当然没有可纠结的。如果没有明确的目标，最后去了自己并不喜欢的学校、并不喜欢的研究方向，我觉得会是一件比较痛苦的事。

冯梓萌

浙江大学 2019 级俄语本科毕业生

保研至上海外国语大学 俄语语言文学

一、个人规划

其实选择读研是综合现实和理想的考量。现实是就业大环境，家庭经济条件等等；理想是希望自己在俄语学习的道路上能够有更加长足的发展，学习语言，对我而言是一个对抗自己遗忘的过程，本身对于俄语就有兴趣，并且在大三期间参加了学校的 SRTP，让我对学术也产生了兴趣，希望我能够在科研和学术上面有更加深入的学习与探索，所以我选择了读研。

选择保研，一是保研不同于考研，是可以一选多的；二是保研考察的是综合能力，并不单单是学业水平；三是浙大这个平台在保研时无疑是加分的；四是保研成功后，大四的学习生活相对也会更加轻松，如果选择考研那么有可能无法兼顾好大四上学期的学习乃至毕业论文的部分工作都无法达到自己的预期。

作为一个保研边缘人，我是非常能够体会目前正面临保研、考研、出国三选一情况的同学的心理。我的建议或许不适用于所有人，仅供参考。一是要调整好心态，专注当下。有一些同学可能觉得自己的成绩徘徊在保研与考研之间就放松了大三一些课程的学习，或者为了保研、考研顾此失彼。我个人认为大三的学习还是非常重要的，一个是绩点的影响，另外一个课堂学习还是有益于考研和保研的。二是了解清楚学院的保研政策。首先一定要问清楚（当然这个时期本院的保研政策还没有出，但是这些政策每年都是由各个专业的老师们和学院老师讨论制定的，所以可以和老师们以及最近保研的学长学姐交流）如果一些硬性规定如专四良好无法达到，那么保研就不用考虑了，还有保研的加分政策等等，都要仔细研读，不懂的可以询问，一定要搞清楚保研的政策。

二、保研准备

建议提前准备好一个 word、excel 表格把自己志愿的学校列出来，可以综合列出以下信息，学校层次、所处城市、学科评级等等，然后把对方的院网网址/研招网附上去，经常去查看一下。也可以关注研招网，不推荐小语种专业过分依赖关注的一些公众号或者 app，一定要以研招网为准）

三、保研流程及经验

1. 夏令营

写在前面，因为疫情结束了，所以今年大概率会采取线下的模式，之前的经验也只是供大家参考。一尽早关注，一定要尽早关注夏令营信息，很多高层次的学院夏令营招满了就不进行预推免等。了解清楚夏令营优秀营员的政策，每个学校对于夏令营优秀营员政策不同，有的是直接录取，有的是优先录取，有的是加分。我之前因为想要专注学业，所以错过了一些学校的夏令营，并且部分学校后续就没有进行招生活动了。二是一定要看清楚看完各个学校甚至学院的通知，有的学校给的通知下各个学

院有自己的截止时间，那么请一定要确认自己想要报考学院甚至专业的申请时间，这个时间这类信息都可以放进自己先前准备的文档中。

2. 申请材料

申请材料尽量都提前制作成 pdf 单独命名保存好，大部分学校材料都大差不差，例如个人陈述等都可以提前写好模版，再因校制宜一下可以节省很多时间。预推免阶段往往需要寄送材料，一定要看清楚寄送的材料要求的时间（前面提到过可能各个学院专业要求不同）、寄送要求的快递（有的学校明确写了要求的快递，那么就不建议使用其他快递），另外寄送个人成绩材料（特别是内附身份证等证件类材料的）建议使用 ems 比较正规，校内驿站寄送需要带身份证。

3. 面试准备和经验

我个人面试下来的经验就是一定要大胆说，尤其是一些平时不善于进行 pre 的同学，接下来的时间需要进行对镜练习等等，因为今年大概率到线下面试，面试时会更加紧张，很少有相关经验的同学可以找同学一起进行一下练习，平时可以对镜练习，也可以自己模拟一下场景。

四、其他分享

1. 保研心路历程

保研这条路其实是十分煎熬的，尤其是像我一样到 9.28 前一天才收获 offer 的人。但我也希望有和我情况相同的学弟学妹们可以放平心态，一定会有好结果的，（因为鸽王真的很多），你只要有候补（我甚至是比较靠后的候补）都是有很大机会的，所以一定要相信自己有好的结果。此外一定不要内耗，要相信自己的能力，与其内耗严重，不如停下手上的事情，去校友林走走，和家人或者朋友倾诉一下，一起到外面去吃好吃的，回过头来继续做好自己能做的。

但是情绪波动是允许的，有情绪的时候不要羞于表达，身边的同学和老师都是十分愿意帮助大家。我特别要感谢俄语家的同学们和老师，他们给予了我很大的支持。同学在我屡屡颓丧失去信心的时候，给我积极的鼓励，给我信心，老师们也十分关心我，一直关注着我的情况。

2. 想对学弟学妹说的话

保研是一场信息战，关注在前，专注当下，但眼光要长远。不要因为夏令营的一时失利，不要因为预推免的短暂挫折而放弃。

胡诗婕

浙江大学 2019 级翻译本科毕业生

保研至浙江大学 翻译学

一、 个人简介

胡诗婕,浙江大学外国语学院翻译专业 2019 级本科生,推免至浙江大学外国语学院翻译学硕士。

校青马第十五期学员,曾任浙江大学学生会人力资源中心工作人员、浙江大学学生无我茶社礼仪部部长、2021 年浙江大学军训师一团十一连副指导员、浙江大学外国语学院团委学生兼职副书记、兼职辅导员。曾获浙江大学三等奖学金、浙江大学学业优秀标兵、社会工作标兵,浙江大学优秀团干部等荣誉。

二、 个人规划

1. 为什么要选择读研

一方面是受大环境的影响。无论是同窗、老师还是家中父母长辈,本科毕业读研一直都是一个热点话题。就业大环境会施加一定压力,身边人会给予一定期待,自己想要读研的意向也会逐渐强烈;另一方面便是四年学习的积累。虽然一直以来课业的压力很大,但是好在大三的课程中我发现了自己潜在的研究兴趣,并也将其作为我毕业论文的选题,虽然还没有完全入门,但是也希望自己能有机会去做更深入的研究。

2. 对语言专业就读体验和前景的看法

关于体验,四年在翻译专业收获满满,包括理论和实践教学课程、各类竞赛以及各种活动,自己的语言能力逐步提升,也收获了一个温暖的大家庭;关于前景,虽然现在 ChatGPT 等智能工具流行,但是翻译教学是无法被替代的,机器翻译只能成为翻译的辅助,离不开专业人士的把关,能够坚持自己多做翻译才是最难能可贵的。所以我始终看好翻译专业的前景,也相信通过不断的努力能够有更深的造诣。

3. 生涯规划经验

我觉得最重要的就是一定要提早开始规划自己的未来方向!!!无论是考研、保研、出国还是就业,都要抓住身边的资源尽早了解,比如学长学姐、辅导员老师、学院举办的相关分享讲座等等,这样才能有效避免“信息差”和“临时抱佛脚”,毕竟每一条路最后想要成功都是需要日积月累的。

三、 保研准备

1. 学习、工作、实习的优先级和时间分配

首先肯定要把学习放在第一位,无论是绩点还是竞赛,都对未来的深造有很大的影响,如果在成绩上不太理想的话到后面想要推免会比较困难(边缘人表示这辈子没这么提心吊胆过)。其次对于学生工作(包括社团),要有所取舍,因为想在一个学生组织里一直做下去,对工作经验和投入程度是有

一定要求的，建议不要同时兼顾多个组织，给课程学习带去的压力很大，选择 1-2 个喜欢的好好干，积累人脉和经验就好啦！最后是实习，我的实习经历是比较少的，主要在大三的暑假参加了“黄土地计划”，大四下在绿城集团总部实习，个人感觉安排在寒暑假，和社会实践一起进行就可以，如果想要长期实习，可以选择在大四深造方向确定后进行。

2. 及时了解各种有用的信息

- 1) 及时关注群消息，有些实习岗位和竞赛本专业老师都会在群内推送，可以尽早了解；
- 2) 学院的院网、就业指导中心网站、校团委网站、校内论坛等可以时常刷新，比如每一届的推免细则，会于 6 月份前后在院网公示；
- 3) 跟自己的室友、专业同学多多交换信息，共同进步~~

四、保研流程及经验

1. 申请材料

如果是申请本校本专业的话，会有负责老师来收集大家的意向专业，然后直接准备面试就可以啦；如果是申请外校，需要提前确定自己的意向院校，在官网上了解对应的招生政策和需要准备的材料。拿北京师范大学外国语学院英语笔译专业为例，需要准备证件照、成绩单、个人自述和其他证明材料（自定义，可以附上课程论文、英语水平证明、在校荣誉等），并按照规定寄送。

2. 面试准备

我本人面试的是浙江大学外国语学院翻译学硕士，全英文，分为两轮，内容涵盖口译、阅读和问答，考察的范围还是比较广的。除了日积月累口语能力之外，平时也要注重翻译理论的学习，并尽早课程学习中明确自己感兴趣的研究方向，等到正式上场之后，只有一点，那就是放轻松面对！

五、其他经验

其实我个人的推免过程是比较坎坷的，中间经历了多次焦虑和心态的不平衡。最初是很想进入研究生支教团的，三年来也为之做了很多的准备和努力，包括课程绩点、支教志愿服务、学生工作、政务实习等，但是最后由于一些硬性条件和面试发挥遗憾落选，通过这个想跟学弟学妹说的就是：尽早明确自己未来的发展方向，早做准备，这真的很重要，而且在面试场上千万不要紧张，否则所有的努力会全部付之东流。在落选之后我才开始思考直接推免，主要原因也是之前从没想过能通过成绩直接保研（我也确实是专业最后一名拿到名额的）。所以学弟学妹们永远不要放弃机会，推免期间变数非常大，相信自己，做好准备！

李玮哲

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 概率论与数理统计（直博）

一、 个人简介

线下实习 x2，一次人工智能数据行业，一次智能药企算法研发部门。远程 x2，均是数据分析类 task（平时打零工）

科研 x4，产出 report 一份，一篇论文在投一篇论文在改。

和朋友组队两次商赛一次数模，没什么像样的奖

语言成绩：托福 106 (S23)，GRE 325

校内社团/学生组织：校学生会文体活动中心、礼仪队运营部、求是潮新闻资讯中心

二、 个人规划

1. 为什么选择读研

受家人工作性质和个人性格影响，我较早地有一个从事科研工作的愿景，而读研是走“学术”道路的必经之路。经过本科期间的实习、与学长学姐的交流及本人几段不算深入的科研体验、与导师的交流，更加坚定要读研。

2. 为什么选择保研

从大一入学以来，我其实一直按照出国的模式在做准备，考出了托福、GRE，攒科研和实习经历等。选择保研的原因是我的规划里本就包含读博这一条，我很关注是否能够遇上“双向奔赴”的课题组和导师。本科期间在未来导师的课题组做 Intern，经过长期相处，与导师、科研助理、组内师兄师姐的沟通，我认为本组现有课题和研究计划与本人兴趣和长项契合，时间安排和运作模式令我舒适，组内氛围良好，海内外合作高校较多，出国交流、学习机会丰富，契合我对研究生生活的预期，因此选择保研。

3. 在什么契机下确定了跨保专业

我在高中是纯种理科生，前文也提到受种种因素影响、结合多次自我剖析，我认为我更适合和数据打交道。至于具体的研究方向，我通过本科期间选课、旁听各种课程、报名及白嫖网课、讨论班、会议逐步确定自己更希望走哪条路。

4. 生涯规划经验

我个人的体会是，跨专业首先要面临的挑战是信息不对称，要警惕从一个围城到另一个围城。一些（可能）有效的办法是拓宽信息渠道，比如和意向专业的在读学生、已就业学生交流，比如选课前在 CC98 发帖问一下某门课的上课体验；比如听课听不懂作业不会做的时候上 B 站补课；总之避雷避坑少走弯路，减少不必要的损耗；多体察自己的状态。一定要明确跨专业的根本目的是让自己往自己心仪的道路上靠，如果这个过程本身让你非常消耗、获得不了任何正反馈，个人评价低，甚至身心

健康出现问题，就要考虑是否要继续下去。良性循环是非常非常重要的！！

三、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

首先对于意向为保研的学生来讲，搞好学习肯定是第一位的，但在这个过程中千万不要太计较一时得失、认为这门课考坏了就没戏了。保研是持久战，注意自己的均衡发展。不到最后一刻不要给自己“判死刑”。

要参加各种活动、何种实习，取决于你的目标院校、目标院系的要求，可以多查阅官网文件和往届录取学生的简历，总结出你的目标所看重的学生的特质。以我为例，我考虑的项目全部都是科研导向，我又是跨专业的背景，首先在选课上，我会确保我修过我心仪的项目所要求的课程，并且尽可能取得好成绩，再尽可能参加科研项目（校内外联络、SRTP）来补充自己的专业背景，在这个过程中有产出自然最好，没有产出也可以梳理自己究竟做过什么，培养必备的基本素养。

2. 提升科研能力

一般大家可以选择在大二开始接触科研，学校的 srtp 是不错的试水的途径，再就是充分利用好大二和大三的暑假，特别是大三的暑假。如果意向是跟本校老师做科研，可以平时多留意教师主页，直接搜索你感兴趣的方向就可以显示研究相关方向的老师哦。西湖大学的科研实习可以提前关注、准备相关资料进行申请（竞争比较激烈）。寻找海外暑研机会的同学可以浏览 cc98 留学\学术科研版面，有学长学姐会发布相关的信息，也可以借助一亩三分地等论坛或直接多看看目标院校的导师主页，记得先下手为强，寒假或者大三下学期开学就开始发邮件，编辑好简历，抱有平常心，没有回音就接着发。

在我看来一段科研中所受到的来自老师和师兄师姐的关注和指导的质量更胜于科研的数量，我最深入的一段科研是从大三寒假开始，老师对项目非常关注，从数据的采集开始就一直在商议方案，时常开会来推动项目，但并不是一直很 push 给学生施压。另一端比较深入的科研是和一位学长一起做的，论文一起读、关键部分的证明一起做。总之一定要重视自己的“参与度”，做科研过程中有不明白的地方是很正常的，不要羞于寻求帮助。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

在我看来是否有双学位/辅修证并不是辅修的最终目的，也不是必要的，一方面是时间和精力分配问题，另一方面辅修方案里的课程未必都契合你的未来规划，且辅修方案往往不包括大一的基础课，只有一些专业课。前置课程不修可能导致后续学习困难，推荐修读的专业课也未必都是自己感兴趣的。

对于辅修理工科的同学，我特别建议大一时若能够排开课程表则修读微积分和线性代数，排不开课程表就务必以网课等形式补齐学习进度，尽可能多学多练。例如学高数时对自己要求高一点。有意识地夯实自己的数理基础、有基本的代码能力，这样在后续的学习中会轻松很多。如果想保研到其他专业或者出国跨申，有不少项目也明确提出了必须修读多少个学分的微积分/线性代数/计算机课程，

务必注意这些特定要求。

如果报不上辅修，就采取“暗修”的形式，选自己感兴趣且需要的课程。以亲身经历为例，我最终选择了概率论与数理统计方向，但也修读了一些科学计算、机器学习的课程。

4. 如何及时了解各种有用的信息？

大家经常开玩笑说自己在读 B 站大学，我深以为然，网络上可以利用的信息其实是非常丰富的，一定要充分发挥自己生在信息社会的优势。Bilibili/中国大学 Mooc/网易公开课搜网课、CC98 找自己目标院系的专版的资源楼、看 CSDN/Github/简书/知乎笔记，上 Arxiv 看最论文、微信公众号找竞赛信息/读书笔记……我甚至在小红书上刷到过一些很 6 的博主分享自己的学习记录和书单，还根据一个姐提供的信息找到了剑桥一个性价比很高的短期课程。总之当你想学习的时候，利用你手机上一切软件先试试看，往往有意外收获。

四、保研流程及经验

前文提到我一直在准备出国，加之成绩是真一般，我并没有投过夏令营，只参加了 9 月的预推免。大三的暑假往往是一个非常煎熬的暑假，对于想保研和出国两手抓的同学而言往往要兼顾实习科研和保研准备，预推免的形式依各专业不同而不同，大多数是笔试和面试或者只有面试。我参加的数据科学中心直博项目是单面，内容分别是一些数学专业课问题（包括线性代数、泛函分析上的一些概念、随机过程、概率论上的极限定理等等）、过往的科研经历以及未来的研究规划（类似于 research proposal），问题往往很杂，好处是不会太深，有时间通读一下课本、抓抓重点就可以。如果平时学得比较扎实，这个环节就省力。跨保的同学要特别注意，老师可能会问一些“为什么要转到这个专业”的问题以及质疑你的专业基础是否够用，也可能会盯着你成绩单上有哪门课不够好来提问。但据我所知，本专业的同学复习上有所纰漏答不上题来也是非常常见的，所以有遗忘的问题也不必太紧张。申请直博的同学记得梳理一下自己过往的科研经历，尽量把自己做的工作描述清楚，再就是准备语言证明（CET4, CET6 或者雅思托福）。面试可能有少量英文问题，自信大方最重要。我当时用英语也说不清一个定理，大胆用白板写了一波，让老师明白我只是说不太清楚。

五、其他经验

1. 保研心路历程

前文提到我并不是一开始就以保研为目标的，大学前三年的规划更偏向于出国。大家可以多探索自己身上的可能性，换言之不要在一棵树上吊死。多找保研、出国、考研的共同点。比如在基础课上多下猛工、多学多练、学得扎实，这样做的直接益处是那个学期的绩点高，长远益处是后续的学习会轻松不少、准备夏令营/预推免/出国某些项目面试时不至于手忙脚乱，考研复习时的前期通课过程也会事半功倍。特别是有些较早的夏令营，在大三下学期就已经进入笔试环节，准备的时间显然不充分，有一个扎实的基础显得至关重要。我的优势恰好在于此，虽然整体 GPA 不出彩，但目标专业的核心课都学过且比较用心，在准备面试时只是翻了翻过去的笔记，很快能回忆起不少东西。“多手抓”的主要

难点在于时间分配，我的建议是大二或者大三上尽量参加一次雅思或托福考试，先考出一个达标的成绩，可以用于暑研/暑校申请、夏令营/预推免充当语言凭证，一次考出比较满意的成绩就更好了，想要从保研/考研的赛道换到出国能节约一部分时间和精力。不要像我一样暑期白天搞科研、晚上狂冲GRE、数学课基本上是9月才开始复习的，这样子自己休息不好、心理压力也倍增。

2. 想对学弟学妹说的话

经常会有“要走出舒适圈”的说法，我很想唱个反调——人生在世就是要想办法奔入舒适圈，找到自己最舒服的生活方式。具体到大学生活中，无论选择保研、出国、考研，选择继续从事本专业还是跨专业，归根结底要听从自己内心的声音。打个比方，如果选择了辅修后发现课程不感兴趣、不符合预期，学业压力加倍、无法获得正反馈甚至自我评价持续下跌、身心健康受损，就要考虑以自己的感受为上，而不是质疑自己的能力不够。请将自我评价置于一切其他评价之上，他人归根结底不能替你快乐替你痛苦。学业如此，社团活动、竞赛也是如此，当你发现你从中得不到自己预期的东西，反而在不断消耗的时候，一定要勇于断舍离。

特别地，对想要跨专业的同学，我想说的是，外界对你的质疑往往会贯穿你的大学生活始终，在这条路上，坚如磐石的意志、无往不利的信念是最重要的。我在大一、大二时经常咨询跨专业申请、申博的资讯，多次得到“没有先例，几乎不可能”的回答。就在我保研面试时，还被问过是否有信心通过博资考试、被质疑本科考试考高分不等于科研能力强。其中有很多质疑显然是不公平的，我处理的方式简单而粗暴，那就是充耳不闻、专注自身。换言之，如果我是一个很“听老人言”的人，我注定走不到今天。我们最需要的还是多思考自己因何种原因选择跨专业、目标专业是否符合自己的预期、未来的规划如何，以及尽可能地消除信息不对称带来的负面影响。“没有先例”是信息不对称的一个表现，这意味着前期的一些弯路可能会严重挫伤我们的积极性。我写下本篇分享的根本原因也正与此有关——现在有先例了，希望你们有自信成为更多“先例”。

也欢迎学弟学妹们联系我。我的微信：lyzszs2499208661

陆静文

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 外国语言学与应用语言学

一、个人简历

1. 推免成绩 5.0/5.0（满）；推免排名 1/75
2. 学业绩点 4.654；学业排名：2/75；综合评价赋分 0.5（满）
3. 社团：未参加
4. 学生组织：文琴交响乐团（高水平艺术团）任声部首席、副团长；丹青学园辩论队辩手。
5. 辅修：心理学

二、个人规划

目前国内就业市场很“卷”，普遍而言，学士在就业方面没有硕士选择面广，所以在大学时就确定了自己未来将选择继续深造这条路。选择保研主要是出于以下原因：1. 自身绩点较高，在申请夏令营时有较大优势，选择面广；2. 大三时提前通过学科竞赛锁定了推免名额，选择这条路相对简单方便；3. 人生规划中不能接受背井离乡出国定居，对出国留学也没有执念；4. 我院的外应专业处于全国领先地位，且我对此方向非常感兴趣，直接本院保研是个性价比极高的选择。

大学时，我对语言专业并没有很强的认同感，一心想着“跑路”金融，也报名了金融学的辅修。但真正开始辅修后，通过参加商赛与上课，发现我志不在此。让我意想不到的是，在修读各类语言学课程的过程中，我对心理语言学这门交叉学科产生了浓厚的兴趣，而我院的该方向又处于全国领先的地位，所以我决定本校本院保研外应方向，同时在本科期间修读了心理学辅修，从而为研究生期间的心理语言学学习夯实数理和实验设计基础。归根结底，兴趣是最好的老师、最棒的向导。

三、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

最重要的是确定自己未来想要什么，从而分配自己的时间。功利地说，如果确定自己非常希望获得保研的机会，那么重心应当放在学习上，因为一个优秀的绩点不仅能助你获得推免名额，还能够让你在保研时获得更多选择的机会（比如夏令营入营资格基本都要参照本科排名决定的）。如果成绩优异，保研期间就可以把经历更多地放在选校、选专业、准备对应专业的面试上；如果成绩在保研线附近或处于后补名单中，就会在保研期间提心吊胆，必然会对后续的选校、专业面试心态等有所影响。

活动是生活的调味剂，当然可以适当参加，但一定要保证学业上不要受到太多影响。有一些具有难度、需要投入大量时间精力的活动是可以在保研时有所帮助的（综合评价加分），这些活动可以多多关注（比如英语专业的外研社杯系列赛事）。然而，这些活动竞争激烈、难度极大，在这些活动上想要

获得加分，不仅需要实力，还需要时运，所以不建议大家直接押宝在竞赛保研上而放弃绩点。活动加分应该是锦上添花而不是雪中送炭，参与活动更应该以兴趣为主，而非功利地为了加分。

当然，保研并非唯一出路。如果你已经想好了打算本科毕业后直接就业，那么实习当然是需要排到第一位的。如果还不着急就业，或者研究生计划修读的方向并不看重实习经历，那么，在本科期间，可以考虑暂缓实习。

2. 提升科研能力

可以考虑在大二、大三时参加 SRTP 项目，从而对科研的运作流程有一个粗略的认识。对语言学感兴趣的同学可以自学一些统计学的基本内容。

可以积极参加各类讲座，增强自己对学科的认识，发现自己的兴趣点。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

我在理学院心理与行为科学系辅修了心理学，该辅修学科的核心课程（如实验设计与心理统计、实验心理学、生理心理学等课程）都不会单独给辅修生开班，必须跟心理学主修学生一同上课。这意味着考核难度大、占用时间多、排课困难。在辅修心理学期间，我感受到了自己数理方面的不足，为了跟上进度，不得不在课外花费很多功夫补足短板。由于还需要兼顾主修课程学习和竞赛活动，所以时间上总是排的很满，睡眠也不够充足。但由于我真的十分热爱心理与行为科学，即使学习压力很大，课程难度很高，我也感到非常充实满足。

辅修是很辛苦的一件事情，它意味着你需要在别人休闲娱乐的时候继续学习辅修课程，且由于外院整体给分比较好，辅修意味着绩点很可能会被拖累，所以不要为了辅修而辅修，如果只是冲着辅修证书而没有一点兴趣，大概率是无法坚持到最后的，还会浪费你宝贵的精力和时间。但如果你确定辅修的东西真的对你未来非常重要，你也确实对它感兴趣，那就冲冲冲!!!

4. 及时了解各种有用的信息

竞赛报名可以关注竞赛官网的通知。对于学校、学院认定的保研加分项目，这类项目都需要先通过校内选拔赛拿到学校的参赛名额才能进一步去省里比赛，所以这类比赛的校选赛信息需要关注外院公众号等相应校内平台。总之就是自己多留心。

对于读研选校方面，保研夏令营信息一般都会在对应该院系的官网和官微发布，同时也可以联系对应院系的学长姐获取一手消息。在保研期间，一定要多关注目标院校目标学院的官网（最好做到一天一查看），以免错过重要信息。

5. 其他建议

保持乐观的心态很重要，希望大家都能尽早找到自己未来的方向，勇往直前！

四、保研流程及经验

保研总体分为两个步骤，第一步是“推出去”，即获得专业的推免资格，学业成绩+综合评价赋分排名靠前即可获得（各专业每年名额等会有变化）。这就需要我们保持成绩优异，同时如果能在学院认可的竞赛、科研等方面有所加分，就更好了。

第二步是“收进来”，即通过各院系“优秀学生夏令营”拿到“优秀营员”或“九推”时被目标院系接收。我是通过夏令营获得优秀营员资格的，所以仅针对夏令营进行分析。各校夏令营一般在大三夏学期 5、6 月份就会陆续开始报名，一定要密切关注通知，并按照要求准备申请材料，切忌错过DDL。写入营材料时要在展现自我的同时尽量体现个人特点，如突出自己对学科的兴趣、突出自己的抗压能力与领导力、突出自己的可塑性等。获得入营资格后，可以找过往优秀营员请教面试经验。通过夏令营获得优秀营员资格不仅可以给自己一颗“定心丸”，而且可以让我们在选导师时获得“先手”，为研究生生活提前做好准备。

五、 其他分享

我想对学弟学妹们说，大学是一个多元的小社会，它不是只有一条出路。趁着年轻，我们有试错的本钱，要勇于尝试，多探索，多体验，这样才能找到自己真正擅长、真正感兴趣的事情。但人只有两条腿，我们不能贪心，在体验完以后，一定要及时复盘，尽快找到自己真正想追寻的方向，而不是不计成本地一直试错，导致最后虚度光阴。一定要分清主线任务与支线任务，不要被乱花迷了眼，也不要一心只读圣贤书。希望大家都能在把握好最重要事项的前提下，在大学找到自己的终身爱好，永远快乐，每天充实，青春无悔！

罗馨怡

浙江大学 2019 级翻译本科毕业生

保研至浙江大学 法律（非法学）

一、个人规划

我本科期间参与的实习不是很多，感觉自身在就业市场不是很有竞争力，所以看到自己的成绩能够尝试保研后，就把保研作为奋斗目标。在研究生专业的选择上，我在本科所修读的法学相关课程中萌生了对法律的兴趣，也希望能够通过跨保拓宽自身职业选择。

二、保研准备

首先最为重要的一点就是重视学业成绩，我大一大二的时候对保研没有特别明确的概念，对于成绩没有很上心，有时候会把各种活动放在课业之前，希望学弟学妹们引以为戒。在没有明确自己未来的方向前，提高成绩总是没有错的。如果遇到各种活动过多的情况，建议大家有所取舍，给自己留下喘息的空间。实习的话我基本都是在假期参加的，没有和学业产生太大冲突。在科研方面，我自身相关经历不多，建议学弟学妹们有空的话可以参加 SRTP 等项目，研究方向最好和自己未来希望就读的专业相关，这些经历在简历撰写时可以成为亮点。在是否辅修上，我认为对于期望跨专业读研的同学来说辅修是有一定必要性的，可以增强自身专业素养，不过把辅修课程排进课表可能有点难度，期末的压力也会更大，建议大家量力而行。此外，信息搜集能力在保研赛道上非常重要，在大三之前大家可以多多关注竞赛和实习信息，英语翻译相关的比赛我们专业的老师会通知，大家及时关注即可；对于希望通过竞赛在保研中加分的同学需要格外注意几个特定比赛（具体哪几个我记不清）大家可以在院网找最新的相关通知。实习方面，同样建议找与读研方向相关的实习。建议学弟学妹们在保研前抓住机会，丰富自身履历。

三、保研流程及经验

首先，一定要把握好各个学校投递的时间线，及时关注各个学校的官网通知，建议用表格等形式列一下需要提交的各种资料以及截止时间，关注是否需要邮寄，预留寄送时间，避免临近ddl时手忙脚乱。各种奖状证书也建议尽早扫描好排好序。其次，对于文书等资料可以提前构思准备，可以参考往年各个学校的字数要求，多准备几份不同字数的，到时候方便修改。面试方面，我当时听了法硕的课程，掌握了一些基础知识，同时，多关注时事热点，锻炼如何从不同角度对一个事件进行分析，尽量拓宽自己的思路，这部分建议找个小伙伴一起练习，及时发现缺陷所在。此外，多积累一些法谚，可以试着用自己的话解释这些谚语，法学类名著也建议大家选感兴趣的读一读，提炼核心观点。英文面试基本上都会碰到，建议提前准备英文自我介绍，可以准备一分钟和三分钟两种版本，此外就是平时通过练习保持说英语的流畅度。最后，保研的过程确实很拼心态，大家要相信自己，保持平常心，焦虑的时候可以试着和家人、朋友或老师沟通，不要被一时的挫折打败，祝愿大家都能取得好结果！

钱憬畅

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至中山大学 外国语言学及应用语言学

一、个人简历

钱憬畅，大一的时候参加过学生组织。学生组织不求多，不过有余力的话建议选一个做到最后（大三的时候做到会主席 or 部长之类）。没参加过夏令营。欢迎学弟学妹来交流~

二、个人规划

读研是为了给自己将来在就业市场加点筹码吧，不过说实话现在这个形势，本科毕业要是能有好工作大可以直接去就业。语言专业读研首先最好是不排斥语言，前景就是继续深造搞科研 or 进体制 or 外企 or 大学/中小学老师 or 从事和专业相关性不大的工作。

首先判断自己对于语言学习和科研的态度和适合程度再做之后的决定吧，不然之后会后悔。夏令营早点关注，发招生简章了就可以立马去报名了。绩点很重要，科研素养也很重要，这两是保研里关注度比较高的。

三、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

首先要保证绩点高，至少要进保研名单。要保研本院的话就不用管什么实习了。要跨保的话根据目标专业决定实习优先级吧，像金融、市场、管理这类，实习相当重要。

2. 提升科研能力

多读论文吧，硬课好好学。学一些硬一点的科研方法。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

看个人规划和需求了。跨保建议辅修，至少要有对应专业的相关知识。

4. 及时了解各种有用的信息

问同规划的学长学姐。各类公众号。

5. 其他建议

心态放平，车到山前必有路。生活紧凑一点，别太懒散，学点有用的，做点有用的，多参加活动和各类比赛，丰富简历。

四、保研流程及经验

1. 夏令营

各个院校的公众号去翻历年招生简章。

2. 申请材料

外语成绩证明，个人陈述，奖状荣誉扫描件等等，不同院校要求提供的材料不同。

3. 面试准备

问问对应的学长姐，不同院校面试流程和内容各不相同。面试要真诚自然，被问到不会的很正常，别紧张。

任泓博

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 国际组织与国际交流

一、 个人规划

我个人读研的原因，我大抵可以从以下两个方面来说。一是就业层面，根据我的短期从业目标——赴国际组织进行实习或短期工作来看，国际组织普遍的要求是需要在相关领域达到硕士或博士学位，因此需要满足这一硬性要求。二是专业研究层面，在四年的学习生活中，我虽然接触了一些国际组织、国际关系相关的课程、议题研究，也参与了一些相关实习和实践，但我认为我对相关领域的理解还停留在比较浅薄的层面，需要去进一步地从理论、实践层面进行探索。

其实我从大一进来并非自始至终想专攻该方面。大一刚进来我想读 MTI，因此整年基本都在专攻各种翻译文本；大二我又比较想去读建筑，但后面因为疫情等原因劝退了；大三时我接触了国精班更有深度的课程，参与到了国精班更多的研究活动和实践当中，综合大一至大三所学和我的学术、职业目标，我认为国际组织、国际关系方向才是我的最佳选择。总体来讲我是从语言跨到国组的，因为我在国精班课程专业度逐渐变强的时候，发现我仅从语言的角度入手无法完全胜任该专业领域的需求，必须获取更多的专业知识以及进行更多的投入。因此，我决定直接选择国组专业进行深造。

如果说我从中能总结出一些经验教训的话，就是可能学弟学妹们如果想跨保的话，可能专业方向是需要尽早定下来的（虽然不一定尽早全力投入到相关专业的学习中，但可能大一上或下一定要有一个大致的规划）。很多保研专业方向和外语之间有着比较深的专业壁垒，而且需要刷很多其他方向的经验（如科研、实习）。因此需要早做打算。

二、 保研准备

首先是按照自己的目标灵活安排时间。保研不是考研，很多学校和夏令营都不按照常理出牌，而且不少充满变数。据我了解的国际组织方向，有的夏令营入营条件对外语类要求高，有的对科研背景要求高，有的直接对排名要求高。因此，在选择自己的理想专业及院校时，有必要去通过学校、学院网站直接了解一下往年的入营条件、考核要求等，以早做相关准备，分配理论学习、科研实践、活动参与、实习等模块的优先级。拿我个人来说，我的成绩在三年中排名 16，按照去年的标准差不多在保研圈边上，因此我在不知道能否获得国精班加分的情况下，大三上先按照夏令营面试+考研的标准进行了相关理论知识的学习，并去参与国精班的短期科研、实践活动（当时是参与了国际组织菁英人才大赛与上合实习），同时我也抓住我身为浙江大学学生全球治理协会副会长的机遇，积极投身建设国精班的学生工作。在大三下学期，我尤其注重的是参与国精班的活动与进行相关实习实践。暑假我报名参与了三段实习（其中两段为国际组织方向，一段为翻译方向），其中上合的这段实习正好就在夏令营面试期间，在巩固我相关领域知识的同时，也为我的面试增强了不少底气。

至于提升科研能力，我认为国际组织、国际关系方向对科研能力的要求总体上是越来越高的。其

集中体现在以下几个方面：一是对学术理论的理解，其大体可以归结为对一些政治学理论的阐释和发散；二是对多元视角国际关系研究的能力，例如，是否能够从多国视角出发研究某一议题，或注重某一议题中的多样性元素；三是跨学科进行国际化研究的能力，即是否能够将相关学科（例如传播学、经济学等）应用到国际组织、国际关系方面的研究中去。

因此，个人认为该方向最好具备一定的辅修经验，但具体辅修什么，其实看个人兴趣定就可以。不一定非要拘泥于政治学理论等相关度较高的课程，也可以通过其他学院的课程激发灵感，培养跨专业进行国际化研究的能力。

关于了解相关有用的信息，其实浙大这方面做的还是不错的。从浙大就业、浙大外院、浙大国际声这几个公众号平台上就大体可以获取相关方向的竞赛、实习等信息。如果获取其他学校的一些信息，可以关注国关类专业比较突出的几个学校（如北大、清华、人大、北外、上外、外交学院、复旦等等）相关院系和组织的公众平台，时刻关注信息。如要从事国际组织方向的实习，个人建议可以先从短期项目做起，从驻华部门、分部门做起。

三、保研流程及经验

有关保研经验，其实我的准备时间比较短。因为当时正好在忙期末考试和上合实习。申请材料由于是本校，相对较容易，将自己所获得的奖项、参与的科研和实习项目等写上去即可。申请理由和研究计划我尤其强调了自己想在该方向继续深耕并工作的目标。在短短几天的时间中，我大概做了以下三个方面的事情：

一是温习专业知识。我本专业为英语，因此我认为夏令营老师会着重考察这方面（事实证明我猜的没错）。我复习了之前用过的一些翻译材料（比如《治国理政》、外交部双语例行记者会、白皮书等），一来保持语感，二来了解一些时事表达。

二是总结、归纳一些国际组织、国际关系相关的通识知识。我当时临时搭建起来了一个入营的知识储备库，大概结构如下，可以供学弟学妹们参考：

第一部分 自我介绍（中文+英文，一分钟版/两分钟版）

第二部分 国际关系基础知识

2.1 对国关国组课程体系的了解

2.2 对本科几年参与学术讲座等经历（印象最深）的回顾

2.3 国际关系、国际组织理论了解（书籍、学者、国际组织、智库、理论）

2.4 中国参与全球治理（理论、实践）

2.5 国际关系、国际组织翻译知识、语言能力

第三部分 全球治理热点知识

3.1 国内热点新闻

3.2 国际热点新闻

第四部分 学术认知

4.1 国组相关学术期刊了解

4.2 社科研究方法知识

第五部分 专业偏好

5.1 学院二级学科了解

5.2 具体研究计划和方向

第六部分 个人经验

6.1 参与比赛、论文、研究、翻译经验

6.2 学生工作、实践工作

6.3 对学院、国精班主观看法等

第七部分 未来目标（短期与长期规划）

三是进一步明晰、具体研究计划。我当时整理了一下我本科阶段参与的几个科研项目（比如 SRTP 等）以及几篇比较相关的课程论文的思路，并准备了几个能够进一步在研究生进行探索的研究方向和研究计划模板。

沈晨玮

浙江大学 2019 级德语本科毕业生

保研至浙江大学 汉语国际教育

一、个人规划

读研，不仅是学历上的提高，更是自己思维、认知上的提升，因此我决定了继续深造，继续读研究生。而之所以选择跨保，主要是出于兴趣。虽然我本科学的专业是小语种，但自己在语言学习的同时，对语言教学也抱有极大的热情。在修读《跨文化交际理论与实践》的专业课程时，我通过阅读一系列理论书籍和案例分析，了解了不同国家、地域间的文化差异，也萌生出了跨保至汉语国际教育专业的想法。汉语国际教育是一门多元交叉的学科，而自己的最大优势便是跨学科的背景和多语言的能力。我希望在这个新的专业运用好自己习得的语言知识，为中国文化的对外传播做出自己的一份贡献。

二、保研准备

保研是漫长却又短暂的。真正的保研可能只有几个月，但它却需要你付出足足三年的努力。

1. 绩点是最重要的。绩点是保研的基础，这关系到能否拥有保研名额；只有拿到了保研名额，才相当于获得了加入保研大战的入场券。一般来说，越高的绩点，也意味着去往高层次院校的可能性越高。

2. 科研是点睛之笔。如果说保研是地基，那么科研便是保研的天花板。科研的经历越丰富，保研的天花板就能被建造得越高。尽可能地在大学前三年，多参加一些 SRTP 项目，在老师的指导下培养自己的科研思维。

3. 获奖证书多多益善。大学期间，把握住每一个机会，积极参加任何一项学科竞赛，在竞赛中获得的荣誉证书也是你能力的一种体现。在保研简历撰写的时候，它们往往会成为重要的加分项。

4. 不要放弃英语学习。不要因为大学英语四六级考完了，就立马忽视了英语的学习；特别是对于我们小语种专业的学生来说，学习了第二外语（小语种），便忘记了第一外语（英语）。在保研面试的时候，英语能力也是考察的一个方面，因此在大学前三年，最好坚持背诵单词、锻炼口语。

三、保研流程及经验

报名时，学校一定要海投。当时大三暑假，夏令营报名的时候，我因为信息差，导致自己就报了两个学校，最后都遗憾落选，甚至都没有进面。在投学校的时候，首先，要及时地关注各大院校的相关通知，提前了解报名要求，及时准备报名材料，尽可能地避免因信息差而错过不少院校的报名时间。其次需要有海投策略，无论是夏令营还是预推免，都需要选择一些学校当保底（一般本校都可以作为保底），以便在稳拿保底院校的 offer 后，放心地去冲击其他目标院校。

准备时，内容一定要全面。在成功接到面试通知后，最重要的就是前期准备。首先可以向往届的学姐学长了解相关的面试问题以及可能考到的专业知识，并在此基础上进行复习；其次，还需要对自

己简历上的一些科研经历，以及自己提交的一些论文做到心里有数，在面试的时候很有可能老师会根据你的简历内容提出相关问题；另外，英语口语的锻炼也是很重要的一环，基本所有的面试都会包括英语的问答，提前练习口语，积累相关专业词汇，有助于自己在面试的时候更加胸有成竹。

面试时，心态一定要好。其实坐在对面的面试官都是很友好的老师，在面试的时候大可以放宽心态，与他们像聊天一样沟通交流。在遇到不会回答的问题时，也不要慌，尽可能地把自己对于问题的思考和理解告诉老师，无论对错，只要表达出自己的观点就可以。

四、 其它分享

回看自己的保研之路，其实可以用很多词来总结。首先是惊喜，其实一开始的我并没有预想到可以保研，虽然自己的成绩一直还行，但是当自己某一天可以真的获得保研名额的时候，一切都来得太像一场梦。其次是慌乱，由于自己并没有提前为保研做足准备，当夏令营、预推免等环节突然到来时，自己真的不知所措，好在最后一切都顺利结束了，当然自己思考总结之后，也发现了很多遗憾和缺陷，例如对跨保专业的学科知识不够了解，报名参加夏令营时没有海投，预推免面试时表现不尽如人意等，希望学弟学妹们可以吸取我的经验教训，不要再犯我的错误，每个人都能被自己的梦校录取！一定上岸!!!

施宇熹

浙江大学 2019 级法语本科毕业生

保研至浙江大学 国际组织与国际交流

一、个人规划

读研主要有以下两方面原因：首先，我一直认为语言应当作为一种工具，去帮助我们学习和探索更深入的知识，我希望能够在自己感兴趣的领域继续研究；另一方面是外院正好提供了我心仪的项目，即国际组织与国际交流专业，且在本科阶段我也已经在国精班学习了一段时间并且比较喜欢项目中的课程设置等方面，因此下定决心读研，继续学业。

二、保研准备

保研必不可少的是良好的 GPA，因此在课业方面还是需要保质保量地不断练习，尽最大努力完成每一次的课堂展示、课后作业、课程论文等等，在这个过程中也能学习到很多知识。其次，在时间和精力允许的情况下可以进行自主学习，有跨保意向的同学可以选修相关专业的课程或者辅修相关专业，学习基础知识，扩充知识面。

在空余时间可以参加自己喜欢的学生社团或志愿者活动；针对实习的话可以利用好大二和大三的暑假，进行为期 1-2 个月的实习，既能满足学校的实习实践要求，又能够丰富工作经历，增长见识。信息的获取可以关注一些公众号或各大高校各个学院的官网，一般重要通知都会发在学院网站上。

三、保研流程及经验

准备面试的过程中，我比较关注国内外的时事新闻和最新动态，同时也会整理、记忆一些专业基础知识。除此之外，也需要准备一下自我介绍、自己在研究生阶段的学习计划和意向的研究方向，尽力给面试官留下一个良好的印象。

四、其他分享

希望学弟学妹们能够享受四年大学生涯中最后一年多的时间，尽力完成每一件事，不留遗憾，其余的就是尽人事听天命啦！

孙畅

浙江大学 2019 级日语本科毕业生

保研至浙江大学 新闻与传播

一、个人简历

（截止保研当年 9 月）排名专业第 2，1 篇语言学相关论文待发表，英语雅思 7.5，线上交流 2 段，新媒相关学生工作若干，无辅修。

夏令营期间主要投递新闻传播专业，预推免期间转为新闻传播与外国语言学及应用语言学两个专业同时投递，最终选择了本校的 offer。

二、个人规划

我比较建议大家尽早明确自己的个人生涯规划，至少在大三开学的时候明确自己倾向于就业还是升学、升学是选择国内保研还是出国留学，因为不同方向对应到需要做的准备会有一些出入。我个人选择国内升学主要出于时间、金钱成本两方面的考量。因为每个人具体情况不同，我无法给到大家生涯规划方面的建议，不过大家在考虑这方面问题的时候，可以通过想象自己在选择了不同的规划道路后，具体的一天天要怎样度过、要实现哪些小目标这两点去帮助自己权衡并作出决定。

在保研专业的选择上，我主要考虑到三个因素：一是我想要转到其他专业去，因为我的本专业的就业方向与我的规划不符合；二是考虑自己有限的背景履历能支撑我转到什么样的专业；三是什么样的研究内容是我感兴趣的，能够减少未来三年的痛苦的。如果大家想要跨保的话，一定尽早明确目标（大一大二），根据对面专业的性质去辅修、写论文或者积累项目经验。

三、保研准备

保研/推免过程，简单来说，一是需要本校把大家推免出去，二是需要有接收院校接收大家。

本校的推免资格的话可以在院网站查询相关绩点计算方式，尤其注意专四成绩需要在良好及以上。

接收侧的话，有夏令营、预推免、九推这样几个投递阶段（相当于三次招生机会），具体大家一定在网上自行搜索，一定注意好整体的时间线。

四、保研流程及经验

这一部分我按结果导向来谈谈我们可以做哪些准备以及我的一点点经验。

保研的录用考察一般分为 3 个部分：文书投递 + 笔试（有的有的没有，院系出题）+ 面试（必有）

1. 文书投递

一般情况下，我们需要提交推免申请表、个人陈述、奖项荣誉这三份材料。根据不同院系要求不同，可能还需要提交个人论文、研究计划书等其他文书。建议大家在 4、5 月份就开始准备自己的

文书，并分门别类归档好，PDF 都扫描好，不然等到 6 月份夏令营开始投递的时候准备会比较匆忙。投递期间我是做了一个表格，把每个投递的学院的网站网址、账号密码、投递截止时间、文书准备要求都整合在了一起。

对方院系在筛选文书时会主要考虑大家的：专业排名、英语标化考试成绩、科研能力以及个人陈述。因此，我比较建议大家尽量刷高前两项，尽量准备第三项（就算真的没有论文也请一定现写一份研究计划，跨保的话可以将本专业与对面专业结合），如果时间上都来不及了就好好挖自己简历打磨个人陈述，写研究计划/提交课程论文。办法总比困难多，有需要的话可以利用校内的资源，包括找校内的老师写推荐信（通过邮件联系不熟悉的老师）、请老师给自己的论文做修改、请同学帮忙提建议等。

2. 笔试

如果有笔试的话，建议在网上搜索下该校往年的题目，每个学校的出题风格会有不同（面试也是如此）。建议一定要搜索专业必读的教材和书目，巩固专业知识（这很重要）。

3. 面试

面试应该是保研中最重要的一环，我这一届因为疫情的影响从夏令营到预推免几乎都是线上面试。面试一般情况下由自我介绍、抽取专业问题回答、老师自由提问三部分组成。作为跨保的学生，我总结我经历的大概 5+ 场的面试情况，会比较建议大家一定在自我介绍部分突出自己作为外专业学生的优势，在专业知识问题中展现出自己有对面专业基本的知识储备，并且要能够结合自己过往的经历和原专业的知识有逻辑的回答老师的自由提问。在自由提问中，老师对于我的科研情况是必问的，所以建议大家多熟悉自己的论文及研究计划，尤其是捋清 研究什么问题-用什么方法研究-得到什么结论-意义/创新在哪里 这个逻辑。

五、其他经验

保研的话，尤其是跨保，其实就是一句话：越早开始准备，准备的内容越有针对性，最后成功的可能性越大。万一学弟学妹们开始的时间比较晚，感觉时间紧或者对自己没有信心的话，我想用自己的经历鼓励下大家：我自己的跨保其实也是在夏令营阶段之初才开始准备，但是最后也拿到了新传还有语言学的 offer（虽然不是 top 级院校啦）。其实只要能够进入面试环节，最后能不能拿到 offer 就全取决于大家面试的表现了。擅长面试的话一定有针对性的好好展示自己；不擅长的话就海投，多面几场，到最后就会游刃有余。大家每个人都很厉害，一切要看面试中怎么用自己的故事打动面试老师。祝大家都去到心仪的地方～

王思睿

浙江大学 2019 级日语本科毕业生

保研至武汉大学 日本文学

一、个人规划

1. 为什么要读研

简单来说其实是有一定逃避现实的因素在的，还没有做好面对职场的准备，并且外语专业本科毕业的就业并不是非常容易，于是选择读研来提高自己的竞争力。此外还有弥补缺憾的一方面，因为个人觉得本科四年并没有很多机会深入研究自己感兴趣的方面，有机会在研究生学习阶段继续文学方面的研究对我的吸引力比立即就业来得大。

2. 为什么选择保研

首先是成绩已经达标，并且对于想去的专业很明确（就是本专业），但对于出国没有很多信心，选择国内保研是最稳定的升学渠道。就选择学校的数量上而言，目前的政策是保研的同学先申请学校，而申请学校的数量是不限的，在满足高校一些基本要求的基础上，在一定范围内可以投递所有高校，有极大的自主选择权与无限的未来可能性。

3. 对语言专业就读体验和前景的看法

语言专业可以学得很辛苦，也可以学得很轻松。如果只学习专业提供的课程就挑战性不是很大，但如果在课后自己钻研技能的话就会花上更多时间。老师们也都很乐意为同学们解答各方面的问题，所以多和老师交流会有更多收获。我本人是以翻译游戏剧情文本和参加漫画/广播剧的汉化字幕组当做提升能力的渠道的，有兴趣并坚持下去收获也很大。

语言是一门工具，如果仅仅局限于语言本身的工作前景可以说比较狭窄，无非是翻译/语言教师一类。但能够利用此工具的衍生类工作又非常多，例如企业与国外对接的很多工作/近几年兴起的跨境电商行业。如果是语言学专业还可以选择往训练人工智能的方向发展。所以我认为就业还是要看自己的选择，语言专业的就业方向是很灵活的。

4. 关于作出以上这些重要决定有什么建议或经验教训

还是要趁早明确方向，为将来做准备。可以在迷茫的时候多和家人同学还有老师一起聊一聊，再做决定。如果确定想要保研的话还是要提早做准备，首要任务是保证自己的排名稳定在历年的保研候补排名以内（可以去院网查询公示以及政策）。

二、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

学习是第一位的，保研排名和成绩息息相关，在保证成绩的情况下可以参加社团组织活动为自己的简历添加一些经历。实习的话除去学校要求的任务以外可以酌情考虑，提前体验职场也是不错的选择，但如果占据太多学习时间可能会得不偿失。

2. 提升科研能力

参加 srtp/sqtp，参加一些相关讲座。（理论上也可以拜托老师带自己去一些研讨会/学会，但我本人没有去过）

3. 及时了解各种有用的信息

从大三上就可以关注志愿学校，一般来说本校名额会比较少，外校的专业可以多关注外校的官网/院网/公众号/微博超话/贴吧，或者在本校的 cc98 询问过来人前辈。大三下的时候就可以密切在这些网站上关注夏令营的消息，夏令营对于保研来说用处还是比较大的。实习的话老师和一些同学可能会分享一些在院群里，论坛也有相应版块，自己找的话可以在正规的招聘平台投递简历，一些政府面向大学生的实习会发布在当地的公众号上。

4. 其他建议

多关注信息，调整心态，不需要太紧张，一切平常心就好。

三、保研流程及经验

1. 夏令营

夏令营其实就相当于提前面试，多数好学校都会在暑期组织夏令营，夏令营获得优秀营员的学生在获得本校推免资格之后就可以直接被录取，不需要参加保研复试。具体的实施方式还根据学校，每个学校不一样。比如上外某些专业今年就没有要普通推免的学生，夏令营就已经选完了；同济的夏令营也占了一部分推免名额，正常推免名额所剩无几，所以能参加夏令营就参加。夏令营的相关资讯五-六月左右会发布在学校院网上，基本上就是听讲座，然后有一些笔试面试之类的测试。

2. 申请材料准备

一般保研细则出来的时候各个学校就会发通知，按学校通知要求的准备申请材料即可，获奖经历一类尽量写详细，注意格式和材料分类，所有材料缺一不可。同样在各个学校的系统上填写的时候也要细心一些。

3. 面试

一般来说都是全外语面试，提前准备自我介绍的时候一定要背熟。可以找一些同学准备模拟面试。一般常问的问题：你的在校成绩如何？为什么选择这个专业？研究计划如何？之前对于该领域有什么了解？

提前了解可能参与面试的教授与老师，提前了解他们的相关领域，可以看一些他们的论文，在回答问题的时候投其所好（提到一些他们论文的观点），但不能显摆自己的知识。

四、其他分享

1. 保研心路历程

其实我是保研边缘人，虽然明知是候补但还是报名了，最后以专业 4/6 的排名成功拿到名额。所以同为边缘人的同学可以大胆报名，因为很多排名靠前的同学会选择出国或者直接就业，名额有机会

顺延下来。拿到推免名额的时候也很紧张，几乎是从零开始准备，也找了老师询问应该怎么做，因为本校本专业只有一个名额，所以投了几个别的学校，按照上述的经验一个个准备面试，最终还是成功了。

2. 想对学弟学妹说的话

不退転の心は撃ち碎けない（坚定不移之心无法击碎）

先明确自己到底想要什么，再坚定地去做。

王翼飞

浙江大学 2019 级德语本科毕业生

保研至浙江大学 国际组织与国际交流

一、个人简历

学业排名 2/32，曾任德语 1902 组织委员、求是学院丹阳青溪学园学生会主席团成员、Fantasy 动漫社 drama 部部长、浙江大学学生全球治理协会秘书处成员。

二、个人规划

本科期间，通过课程修读、科研经历与实习实践等，我学会用语言去探索、了解世界。在我看来，语言像是一种工具，帮助我们认知陌生领域的桥梁，其背后更蕴含着丰厚的文化。因此，我希望通过掌握语言，来服务于其它方向的研究。由于疫情等客观原因，本人于大二开始决定扎实专业知识、选择保研这条路；同时，出于对国际组织与国际事务的兴趣，我将保研目标院校定为浙江大学国际组织与国际交流专业。

三、保研准备

1. 学业成绩

对保研而言，良好的学业成绩是获得保研资格的绝对硬性条件。在平时的学习中，掌握属于自己的节奏和学习方法是最重要的。专业课的学习也是了解自己的过程，既能发掘兴趣点，也能知晓自身的强项与弱势所在。保持听课效率、及时阅读课前材料、灵活安排课业时间并积极向老师提问等，都是提高学习成效的方法。

2. 关于科研

科研能力是我们在本科期间收获的重要能力之一，即运用所学知识发现和解决问题。在日常学习中，可以对于自身感兴趣的方向多做了解，向老师们请教并探讨问题，也许灵感就会逐渐萌发。如果有机会，也可以向相关方向的老师提出加入课题组、参与组会的申请，从而了解该领域的前沿研究或热门话题。若有好的想法，可以申请进行 SRTIP 科研实践项目，或者联系那些正在着手相关研究的学长姐，帮着“打下手”。亲身参与往往能使能力得到大幅提高，科研经历在简历中也是锦上添花的项目。

3. 信息渠道

“信息差”有时也是影响保研成功与否的因素之一。决定保研的同学们可以通过以下方法丰富信息来源：①浙大外院院网（含各类竞赛报名、国际组织实习、历年推免办法等信息，掌握我院对保研资格的基本要求等）；②目标院校官网（注意历年有关“推荐免试研究生”的相关通知，提前了解接收方对学生的要求、需要准备的材料等）；③联系学长姐（主动询问方向对口的学长姐，这是能获取最有效资料的最好办法）；④各类保研信息交流群（有缘则加，注意提取有效信息，也可以把目标相似的同

学召集起来拉个群，及时同步关键信息）。

四、保研经验

1. 申请材料

个人材料是保研需要通过的第一到关卡，在夏令营申请阶段，院校会根据学生的成绩和材料来决定是否给予申请者入营资格。不同院校对材料的要求有差异，但一些基本材料都是共通的，如：成绩单、个人陈述和荣誉证明等（部分院校可能要求推荐信，或额外提交研究计划/论文）。基本材料最好提前准备，不必等到目标院校出通知再收集（因为有的学校不会给很充分的准备时间）。对于奖状、荣誉证书等，平时就可以做好收集、扫描和整理工作。

关于个人陈述，应当注意其中的重点和逻辑性，明确个人态度以及保研意向。尤其对于跨专业保研的同学，更要提前厘清为何想要在研究生阶段更换修读专业，这也是面试时老师们常问的问题之一。至于推荐信/研究计划，可以参考目标院校往年的材料要求，若前几年也要求提交相同的材料，则应提前构思和准备。其中，研究计划也往往是面试官的提问来源之一。

2. 面试

由于疫情原因，本人参加的面试结尾线上的单人面试，总结注意事项如下：

1) 流利的自我介绍

自我介绍通常是面试的第一个环节，通顺、自信的自我陈述会给面试官留下好印象，也能体现面试者端正的态度与得体的谈吐：

2) 十分扎实的专业知识

针对跨专业保研的同学来说，面试官提问的重点也许并不在于你所意向的新专业，而是本科专业的基本知识（例如：德语专业的同学在跨保其它专业时，面试官对德国国情、文化进行提问）。因此，在本科专业的学习过程中也应当用心，至少能掌握基础知识点。若时间足够充裕，可以试着在面试前回想每一门课学的大致内容，既为自己的知识做巩固，也能为面试提供潜在的裨益。

3) 对个人经历的深度熟悉

面试官的问题来源有一部分是基于个人简历提出的，其中不乏实习实践、科研经历等。例如，若被问到曾经做过的某个科研项目的具体内容、碰到的难题和解决方案等，面试者应当逻辑清晰地针对（细节）问题作答，不能含糊其辞。最熟悉的内容很容易被忽视，一定要注意避免被问到自身的项目经历却因遗忘而无法作答的情况。

4) 良好的心态与适当的“话术”

若被问到知识盲区的问题，不要惊慌，因为面试官很可能在考验面试者应对“危机”时的解决方案。若遭遇难以作答的情况，不要沉默或直接岔开话题，可以如实发表看法（表示自己对该领域的熟悉度有所欠缺），从而引出相关话题或表示自己应当在哪些领域继续深造/提高（有机会可以尝试模拟面试，更好地准备多类“困境”下的应对办法）。

叶霖蓁

浙江大学 2019 级俄语本科毕业生

保研至上海外国语大学 比较文学与世界文学

一、个人简历

保研排名第三，曾经担任浙江大学文学联合会部长，浙江大学子鼠诗社部长，校级优秀毕业生。

二、个人规划

1. 为什么选择保研

保研这个想法是我从大一刚开学那会儿就决定下来的，因为之前也听说过考研确实是比较难，千军万马过独木桥，而且也会有很多不确定的因素，所以当时我就决定这三年努力保证自己的绩点，然后争取保研。

2. 在什么契机下确定了自己的跨保专业

这个说起来确实是一件比较奇妙的事情。我从很早的时候就决定要跨专业保研，然后大二选择了跨保到心理学，于是当时选修了很多心理学的专业课程。但是到大三下学期，临近保研的时候，我发现纯文科生要跨保到心理学，确实有一定的难度。当时我记得已经是四月份了，就是距离保研夏令营只剩下两三个月，我当时是处在一个非常迷茫和犹豫的阶段。但是我们班当时开了一次班会，然后在班会上班主任和我们分享了小语种专业可以选择跨保的其他专业，当时我记得她提到了比较文学与世界文学。然后因为我个人也是比较喜欢文学研究，所以当时班主任的随口一提，我就感受到了有一点启发。在回去之后，我就开始查阅比较文学的相关的资料、学习这个专业需要具备的能力、该专业的就业前景，以及它在保研中会考察的内容。

在掌握了一定的信息之后，我就做出了要跨保到比较文学的这个决定，于是在四月份的时候，我开始从零基础学习比较文学的专业课程，以及专业书籍，比如外国文学史、西方文论、文学理论等等，力图提高自己在这个专业上的能力素养。

3. 作出以上这些重要决定有什么建议或经验教训

首先，我想强调的就是，一定要尽早确定自己的要跨保的专业（针对想跨保的同学）。我当时虽然确实很早就决定了，但是走了很长一段时间的弯路，我学了一年多的心理学专业课程，到后面才发现自己不适合学习心理学，于是在最后的两三个月匆匆忙忙地学习比较文学的专业知识，耗费了很多时间和精力。

所以希望学弟学妹们可以在大一的时候广泛的涉猎自己感兴趣的专业，并且可以早点评估自己是否适合本专业。如果想跨保，那么就尽早的确定自己想要去的专业。

其次，就是如果有想法的话，一定要去付诸实践，不要犹豫或者不自信。我在准备保研的那几个月里，很多次的怀疑自己是否真的能够在两三个月之内就学习一门新专业的知识，并且让自己通过保研面试，但是其实上尽全力的去做到最好，也许结果就会如你的愿。

三、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

这个应该要看每个人的不同情况。比如我比较重视绩点，所以我会把大部分的时间花在学习上。其次是学生工作，因为我自己也在参加两个社团，也担任了这两个社团的部长，我认为学生工作对我而言更多的是一种对于大学生活的体验，以及锻炼自己为人处事、组织活动的能力。

2. 如何提升科研能力

这里建议想走保研这条路的同学，在大二的时候最好去参加 srtp，去体验一个科研项目是如何的选题、开题以及完成这个项目的全程，并且参与这个项目的三次答辩。为期一年的 srtp 可以让你大致地知道进行一个科研项目的流程是什么样的，以及这项经历也可以让你写进保研的简历里。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

这个没有一个绝对的答案，主要还是看每个人的情况，比如如果已经决定要在本专业继续深造的话，那么辅修就是看个人兴趣以及是否有这个时间和精力。如果是希望要跨专业的话，那么最好辅修自己准备读研的这个专业，因为首先可以让自己对于这个专业有一个更深的了解，其次的话，这个辅修在保研的简历上也是一个加分项。

4. 如何及时了解各种有用的信息

首先是多和自己本专业的同学沟通，比如认识的同学，如果在参加竞赛或者科研项目的话，就会拉上你一起参加。

其次就是结果导向。比如想保研，那就直接去查院校在保研时比较看重哪些竞赛，或者哪些竞赛可以加分，那么就尽早开始准备这些竞赛。

第三，关于读研选校的问题，建议可以去关注保研的公众号，上面会发布很多院校资讯，比如 BYR 保研人、易保研这几个公众号。

5. 其他建议

希望学弟学妹们可以保持一个良好的心态，不要太焦虑，放轻松的时候，也许很多问题都会迎刃而解哦。

四、保研流程及经验

1. 夏令营

在这里建议排名不是很靠前的同学，在投递夏令营的时候多投几个院校。因为保研竞争还是相对比较激烈的，如果投的院校少，然后在简历这一栏被筛掉，或者是在面试的时候被筛掉，会导致自己处在一个很被动的状态。所以建议多投几个院校，至少让自己在比较早的时候就掌握一个 offer，这样在后面试其他院校的时候心里比较没有压力。

2. 申请材料

院校申请要准备的材料非常的繁琐，包括了个人简历，学术论文，个人陈述，还有各种获奖证明，

排名证明，身份证明等等。所以大家在保研前的 6 7 8 月份会有大量的时间耗费在这些材料的准备上，要有一定的心理准备。而且 6 到 8 月份，大家很多人还要准备期末考专业课的学习等等，就会导致那段时间非常的匆忙。

所以我的建议是在寒假的时候，也就是大概 1 到 3 月份，先把个人简历，个人陈述准备好。最好不要拖到五月份，因为五月底之后院校的夏令营通知都陆陆续续的出来了，到看到通知的时候再去准备，就会非常的忙乱。

另外就是一定要有一篇自己的学术论文，这也是为什么我之前建议大家最好去参加 srtp，因为在参与这个科研项目的过程中，你一定会有一篇论文产出，那么这篇论文在你保研投递材料的时候就会很重要。

3. 面试

首先就是心态问题，就是在面试的时候，不要太紧张，因为你紧张的时候老师他是会看的出来的，然后另外这个也会影响到你回答问题以及专业能力上的一个发挥。

然后其次就是在 6 到 8 月份这段时间可以去准备一些面试常问的问题，然后要形成一个自己的问答库，平时有空的时候就拿出来自己对着镜子练一练。

五、其他分享

1. 保研心路历程

回顾自己去年那段经历，确实是成长了很多，首先就是我自己的保研经历，跟别人相比是比较坎坷的，因为是跨专业保研，而且之前没有任何的辅修经验，所以在夏令营投递的时候，就是连续八次被刷下来，然后整个 6 到 8 月份，没有任何的面试通知，所以我那段时间确实是非常的焦虑，而且在这个同时，我还要去从零基础开始学习一个新的专业。但是我觉得那段时间至少让我学到了，不要去怀疑自己，因为如果不要太去在意结果，然后沉下心来去准备的话，想要的那个结果早晚都会出现，只是时间上的问题。

2. 想对学弟学妹说的话

我想对学弟学妹说的就是，如果决定要保研的话，那就一定要尽早准备，我自己是一个比较拖延的人，然后在保研的那段时间里也吃了很多的苦头，所以希望大家不要重蹈覆辙。

3. 大学生生活感悟

大学生生活的感悟的话，我觉得很难用短短几句话概括，我觉得可能我在这四年学到的对我而言最重要的东西，可能就是学着怎么样去做自己吧，因为浙大提供了一个非常包容的环境，让我可以去探索很多新的东西，而不是局限在自己的一方小天地里面，我可以去探索我自己的爱好，读我自己想读的书。这四年结束下来，我并没有成为一个很成功的人，至少跟我周围的同学相比，但是我也并没有因为这个，就认为我自己是失败的，我花了四年的时间去探索我自己的人生，我觉得这对我而言已经是一种成功了。

俞典

浙江大学 2019 级翻译本科毕业生

保研至浙江大学 国际组织与国际交流

一、个人规划

选择读研的原因其实也挺简单的，经过本科学习，更加意识到语言专业学习的永无止境。并且个人认为想要有更好的实践机会（包括但不限于口笔译类的工作），还是需要更进一步的学习。在外院的四年，体验感是越来越好的，越到后面越发现自己对翻译、外语学习有了更为深刻的理解。在国际交流不断深入的现在，我也认为语言专业的前景是很光明的。我选择跨保到国际组织与国际交流专业，也是因为本科时加入了国精班。经过四年的学习，我认为语言+该专业是比较有趣且有意义的结合，因此选择了这一个和本科专业相关同时又有新内涵的专业。作以上决定时，我认为和信赖的家人、老师和朋友们沟通是很有必要的，并且要留有充足的时间给自己做决定。

二、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

个人认为和各类活动、实习相比，学习还是应该被给予更高的优先级。因为部分学校在初审的时候首先看的还是绩点排名，所以这一环的重要性是不言而喻的。至于如何抓学习，每个人的节奏是很不同的，但无论如何课堂本身是很重要的，努力做到消化每一堂课的知识可能比做很多习题有用。

从活动和实习的角度而言，能提升个人综合素质的类别还是可以去参加一些。不管是哪一种类的活动和实习，最好要问问自己和专业的相关性、和未来规划的相关性等问题，避免盲目跟风，不求数量但求个人成长。

2. 提升科研能力

个人认为科研的起步还是要以兴趣驱动为主。找到兴趣点后可以开始联系相关的导师探讨创新性和可行性等问题，研究的方向还是要尽量小且新。平时可以多关注感兴趣领域的重要期刊并定期做一些总结整理，对于梳理该领域的研究热点及趋势比较有帮助，也可以为研究生阶段打好基础。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

根据身边同学的经历来看，还是有挺大一部分人觉得学有余力然后辅修的。个人认为首先需要对自己的学习能力和效率做一个简单的评估，如果确实认为时间精力会比较多，那么辅修一门专业不失为不错的选择。其次，需要慎重选择喜欢的辅修专业以及考虑好保研时是否选择跨保。如果确定跨保那么需要在本科打好这个专业的基础，保研时才能更有竞争力。

4. 及时了解各种有用的信息

竞赛报名：一般老师们都会在大群里推送各类比赛的通知，可以根据自己擅长的方向及奖项含金量报名参加；报名后一般就需要关注主办方的公众号（也是自己找竞赛的途径之一）避免错过消息。

实习：老师和同学们有资源时也大都会在大群/朋友圈里推送，分为日常实习和寒暑假实习。假

期有实习意向的最好还是提前上公司官网/实习僧等平台搜索，临时找会相对困难。

读研选校：可以的话联系有这方面经验的学长学姐，先把想去的学校缩小范围到两三所左右，再逐步研究备考细节。在此过程中家人朋友的建议都挺重要的，可以多和信赖的人沟通。

5. 其他建议

大学生活最重要的还是体验和成长。不需要刻意地去内卷，做到自己能力范围内的最好就不会留有遗憾。可能的话还是要多多地出去走走看看这个世界，会有很多不一样的感悟。没有人可以决定你的大学生活是怎么样的，所以找到自己的方向和步伐，用心体验其中的每一天才最重要～

三、保研流程及经验

1. 夏令营

时间节点：每所高校的夏令营报名及开营时间不一样，首先一定要提前收集信息不要错过报名时间（很多学校都有一个邮寄个人资料的ddl 尤其要注意）；其次每两所学校的考试时间最好不要撞（去年有同学报考的学校开营在同一天，考试时间可能有所交叉，就不得不和负责老师沟通换时间，相对比较麻烦）。

高校选择：根据自己的志愿和能力水平决定好想要报考的高校。有些学校在初审的时候是比较严格的，可以提前了解一下。如果本身对于自己能否通过某些学校初审抱有较大疑虑的，建议不要在它们身上花过分多的时间，尽量做到投入和回报比最大化（因为每个学校要求的材料不尽相同，每次整理一套新的材料也是比较费时的）。

“多多益善”：根据去年的经验，我认为在对自己的能力水平有正确认识的前提下，还是应该保持自信。因此，觉得自己能够 handle 的学校还是要积极去报考，只要努力了结果都不会太差。重要的就是不要错过任何可能的机会，这样到最后选择的余地才会更大。

2. 申请材料准备

整体而言申请材料一定要体现出认真准备的态度。虽然对方学校会审阅材料到什么程度是我们无法得知的，但是第一印象必须做到整洁清晰。错别字、语法错误等要仔细检查好再发送，整体语言也要做到相对正式。另外，如果觉得自己学术方面的成绩不是很突出也不用太担心，尽量拿出能突出自己综合素质的各类奖项。

3. 面试

个人认为面试最重要的一点就是“大方自信”。一般来说老师们都是很 nice 的，因此努力做到和他们像日常交流一样即可。比较重要的是要保持一个适中的语速，让大家感受到你对于自己的语言和逻辑是胸有成竹的。另外，面部表情和肢体语言也需要表现出你的重视及兴趣。

题目准备：可以看看往年的题目作为参考，如果有渠道可以问到学长学姐的更好，并且在这些题目的基础上适当举一反三；回答问题的时候还是要努力输出，尽量不要一碰到不会的题就支支吾吾起来。

穿着&妆容：简单大方有质感即可，不需要过于正式。

张蓝月

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 翻译学

一、个人规划

其实就个人情况而言，在大学期间我并没有从一开始就朝着保研方向努力，而是着重于享受校园时光以及思考感悟生活，探寻自己想要的人生下一阶段，最终擦线获得保研机会实属有运气成分在。因此，个人的保研相关准备十分仓促，颇为被动。若同学们有志向保研，建议提前规划，以免错过一些宝贵机会。以下是我个人在前期学习以及保研过程中的具体感悟，希望能为同学们提供帮助。

二、保研准备

学习依然是大学校园生活的首要任务。若要保研的话，建议在学习方面还是多花些功夫，扎实努力汲取知识，尤其是专业课程，但同时也不用太强求绩点，过度关注于排名，以免给自己带来焦虑和压力。脚踏实地一步一步走，付出总会有回报。

在实习方面，我在本科期间完成了三段不同行业的实习，包括新媒体、金融与互动娱乐。此外，我通过社会实践调研以及自己日常生活社交等接触了教育、广告设计等行业。在个人的认知里，学习这件事本身只是方式而不是目的，最终我们需要探索到自己向往且适合的发展道路。由于我在入学时并没有特别清晰的目标规划，所以花了大量时间来发现自己的特质以及尝试各种感兴趣的事物或工作，在此过程中经历了迷茫焦虑的时刻，也收获了很多宝贵经验。同学们若学有余力，也可以积极走出校园，丰富自己的经历。至于实习方面的信息获取，可以积极关注学院群里的消息以及各种 APP 和企业公众号等。实习工作主要分两类，含金量较高的暑期实习一般在 3 月份就会开始报名以及面试流程，日常实习则一直都有机会参与，可多关注心仪企业的招聘官网。

在辅修方面，个人建议可以选择自己合适且喜欢的专业方向进行辅修，但同时也要做好面对课业压力的心理准备。本人曾报名辅修日语，之后又转选了金融相关的辅修课程，但最后发现自己其实对于辅修专业并没有那么高的热情，反而是对原专业的学习兴趣日益增长，因此两个计划的辅修都放弃了。同学们若有明确的目标，可以考虑在辅修专业方向多努力，坚持学习，在保研的时候尝试跨专业保研。

总而言之，个人认为读研最重要的就是明晰自己的追求。同学们在大学生活中可以考虑好自己是否愿意深造，思考保研的方向是否真正合适自己，是否是自己的兴趣所在，是否符合未来人生规划。每个人都有自己的生活，任何想法与选择都可以。

三、保研流程及经验

由于我的成绩处于保研边缘线，所以一直没有明确地将保研作为深造路线，因此没有参加夏令营，直到九月院内公布保研名额才开始准备，所以选择和机会并不多，最终确定由本院英语专业保研至翻

译学。建议有国内深造意愿的同学们还是多多关注各大高校信息，积极参与夏令营。保研也需要各种各样的材料，例如成绩单、推荐信、个人陈述等等，越早准备越好。

本院保研相对来讲在材料准备方面比较轻松，填写一下信息就好，无需繁琐的寄送环节。但是，同学们在选择保研本院的时候也不要太过松懈。由于读研人数日益增多，相应政策近年也有所调整，保研的竞争还是非常激烈，有许多其他高校的优秀学子会报名浙大，即使我们作为本校本院学子也不一定会被接收，所以日常学习中还是得脚踏实地提升专业技能，面试之时注意展现出自己应有的水准。当然，大家也不用太过紧张，自信发挥就好。

四、其他分享

大不自多，海纳江河。我在浙江大学读书生活这几年最大的收获就是认识到世界的多样性和包容性，体会到每个人都是独特的个体，都能活出自己的精彩。我们不必追随他人的脚步，不必艳羡别人的成就，不要妄自菲薄。在学习生活中我们会面对压力，经历痛苦，同时也在各种经历中各自成长。我们每个人，都灿若星辰。

张思捷

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 英语语言文学

一、 个人规划

我是个比较随遇而安的人，在大学前三年的学习中慢慢发现自己的学习成绩也可以碰到保研的线，才慢慢打算准备起保研的。选择保研主要出于兴趣，从小喜欢阅读，一直把阅读当做理解世界，与人共情的方式，所以保研的话，能让所兴趣成为所学也不错。在我看来，不管未来选择哪个方向，是自己喜欢的，愿意为之努力的就好了。未来的前景不太了解，但是船到桥头自然直吧。

二、 保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级

学习成绩在拿推免资格上是最直接的体现，保研申请也关注大家的科研经历等。但可能我排不出优先级，感觉都是大学生生活的部分。

2. 提升科研能力

大家可以积极参与学院的 srtip 项目，科研实践，以及学院举办的论坛等。

3. 辅修必要性

想要未来转方向的同学，建议辅修未来方向的课程。我没有辅修经验，但是出于好奇也修读了一些哲院和文院的课。

4. 及时了解有用信息

有问题可以咨询学长和老师，当初对保研一头雾水的时候，询问的很多学长和老师都很热心解答了很多问题，非常感谢他们的帮助；关注一些保研相关的公众号，上面会帮忙整理不同学校学院发布的夏令营、预推免等相关信息。

5. 其他建议

生活是不定向的，希望大家都有自己的选择和决断。

三、 保研流程及经验

1. 夏令营

及时关注各大院校夏令营通知，可以关注一些推送这些资讯的公众号。千万不要错过时间。

2. 申请材料

主要是个人陈述、申请表、奖状复印件等。不同学校材料准备大同小异，准备好了可以多投几个学校，就跟高考志愿一样，有冲刺，有合适，有保底。

3. 面试准备

自我介绍要提前准备好，展现出自己的兴趣，目前的学习能力，未来的学习方向。针对专业问题，

要了解文学史发展脉络，理解不同时期的文学特点，包括文学目的、技巧、主旨等。

四、 其他分享

1. 保研心路历程

当时出了结果最感慨的就是，它像是我的事，又不像是我的事，因为在这个过程中受到了很多很多人的帮助。有陪我练习、准备面试的朋友，有帮忙解答保研流程困惑的老师、学长，有帮忙审材料的陌生人学姐。如果大家有问题，都可以问问身边的老师、同学，大家真的都很好。

2. 保研/考研/出国/就业多手抓的可能

我当时的想法是保研不成功就留学，出不了国就就业。保研出结果在九月中到九月底，时间安排上如果保研失败，那时候开始准备出国还是很能实现的。就业不太了解，但春招的话和前二者时间上应该也不是特别冲突？

3. 大学生活感悟

“进化史就是一部生命逃脱一切障碍的历史。生命挣脱出来，获得自由，于是生命扩张到新的领地。这过程是痛苦的，也许甚至是充满危险的，但生命却找到了出路。”这是《侏罗纪公园》里的一段话，我很喜欢，不喜欢“痛苦”，但是喜欢“生命自会找到出路”。叔本华将生活看做痛苦与无趣的摆锤，我希望在努力和躺中摇摆，努力也不痛苦，躺着也觉有趣，找个合适的支点让快乐可持续。生活也不是只有升学一回事，升学了也不一定开心，能常常开心对我来说才是最重要的（比如偶尔读书让我充实，常常运动让我快乐，一直有家人朋友相伴让我安心）。在舒适圈内蹦哒可能会比较快乐。

张璇

浙江大学 2019 级德语本科毕业生

保研至浙江大学 法律（非法学）

一、 个人简介

张璇，专业综合排名 6/32，保研至浙大光华法学院法律（非法学）专业

二、 个人规划

我选择读研是因为希望在研究生阶段学习新领域的知识，进一步提升自己的综合素质和就业竞争力。我在大一学年的成绩排名比较靠前，也通过学院的分享会了解到保研的一些资讯，确定自己要走保研的道路。在了解本专业读研深造的一些方向之后，我确认自己并不适合在本专业继续读研深造，于是考虑进行跨保。跨保到法律（非法学）专业主要基于自身兴趣以及该专业的实用性，我在学习法学辅修课程的过程中收获很大，因此想要继续学习。

在德语专业的就读体验总体不错，不仅有语言基础课程，还有培养综合能力和国际化视野的课程，但语言专业本身存在一定的局限性，需要综合素质和其他能力的加持才能在就业时拥有更多的选择，总之建议学弟学妹在认真完成学业课程的同时，要尽早进行职业规划。

我在做各种决定时听了许多学长学姐的分享，因此希望学弟学妹们通过多种渠道去获取更多的信息，对于自己感兴趣的方向要尽早做更多的了解和规划。

三、 保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

要认真了解本院的保研细则，往往学业成绩在保研中会占较大比例，因此学业一般是排在第一位的，在学业方面要养成良好的学习习惯和较高的学习效率。我在周末会参加一些志愿活动，这对我来说也是一种调节和放松。我主要是利用假期时间去实习，体验一些感兴趣的工作，以便可以更好地进行职业选择。总之平时要有时间规划的意识，对各种事情有重要性和紧迫性上的判断，并且要关注到“当下的力量”，投入到当下的事情，避免做事三心二意。

2. 提升科研能力

据我了解外语专业的培养方案中开设科学研究相关的课程，这是很好的提升科研能力的机会。学校图书馆定期会开设很多讲座，实用性都很强，可以按自己的需求有选择性地听。此外，我在 b 站上学习了文献管理软件的使用方法，对我帮助很大。平时在一些小组论文或者个人论文中要认真对待，在实践中进行学习，如果时间精力允许的情况下，可以参加一些感兴趣的科研项目。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

辅修需要认真听课，完成相应的作业和考核，如果是学习跨专业的课程会耗费比较多的时间精力，当然最后也会收获相应辅修经历的证明，在保研中会有更多的优势。是否辅修要根据自己的时间管理

能力和学习效率去决定，如果认为自己的精力不足以完成辅修任务，选择旁听感兴趣的课程也是完全可以的，毕竟因为辅修课程而耽误本专业的课程学习就会得不偿失。

4. 及时了解各种有用的信息

我主要通过学长学姐的分享会、保研相关的公众号、学校的官网、知乎 b 站等平台去了解读研选校相关信息。竞赛报名可以在学院官网、学院公众号和专业公众号上获取及时的信息。实习申请可以多关注 cc98 和朵朵上的信息，以及智联招聘、实习僧等一些 app 上的信息。

5. 其他建议

有时候选择比努力更加重要，搜集信息、筛选信息的能力是非常重要的。

身体是革命的本钱，希望大家都能有良好的生活作息，多进行一些体育锻炼。

四、 保研流程及经验

1. 夏令营

在夏令营的选择上，可以选择 1 至 2 个保底院校，以及想要冲击的 1 至 2 个院校，没有必要进行大量的海投，容易浪费太多精力。网上针对不同院校不同专业的夏令营都会有很多过来人发的经验贴，如果感觉自己的信息搜集能力比较差，学习毅力不够，也可以在经济条件允许的情况下去选择靠谱的保研培训课程，一方面可以节省信息搜索的时间，另一方面也可以 push 自己做更多的准备。

2. 申请材料

在申请材料中要注意文书的规范和内容的简练，充分表明自己的诚意，通过一些具体事例突出自己某几个方面的能力，各项材料都要严格按照要求进行提交，避免犯低级错误。

3. 面试准备

前期要多多搜集网上的信息，了解目标院校目标专业面试的大致流程和面试时的题目类型，并进行相应准备。如果是线上面试要提前确认好设备和环境，以免出现不必要的干扰。面试时哪怕遇到不太了解的问题也要积极表达自己的想法，除了回答内容本身，积极思考的态度和自信大方的表现也会给考官留下好的印象。

五、 其他分享

独行快不如众行远，在大学期间如果有什么困惑，都可以及时和同学师长们交流，获得一些建议。希望学弟学妹们都可以尽情探索自我和外界，找到一条适合自己的道路，自洽比成功更为重要，just be yourself!

张叶烨

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至北京大学 法律（非法学）

一、个人规划

1. 为什么要读研

我因为小学玩过一款法庭游戏，对于法律、律师具有极强的兴趣，成长过程中也因为法律的“引力”，或多或少会去关注法律有关的内容。本科误打误撞学了英语，越学越喜欢，但仍然存了法律梦，因此在本科阶段旁听了一些法律的课程，并由此越为之着迷。于是，儿时的执念、浓厚的兴趣，再加之对职业价值的认同，攻读法硕对我来说是一件“顺理成章”的事情。

我在研究生专业选择中其实是兴趣导向，但在学习法律的过程中愈发感受到法律的魅力并认同其职业价值，因而对学习法律坚定不移。大家在选择未来专业的过程中，或许也可以先探索下自己的兴趣、想要什么样的生活、想成为什么样的人、以后想做什么样的事。

2. 为什么选择保研

没有选择留学，主要是考虑到（1）希望在国内工作，需要熟悉本国的法律体系；（2）若想体验国外的学习模式/氛围等等，也可以考虑研究生阶段的交流项目；（3）其他因素。

希望能避免考研，主要因为（1）考研竞争较为激烈；（2）感觉自己并不能有效切换到应试状态。

二、保研准备

1. 学习、活动、实习的优先级和时间分配

这个问题可能要看结合自己的具体情况（e. g., 兴趣、能力、不同专业的课表课程高峰期也略有差别）。以下内容仅供参考。我个人的学生工作基本聚焦于大一，大二开始考虑到时间精力等原因，就专注于专业课及其他课程的学习（旁听法学课程也是大二开始的），仍然有学生工作，但工作量比大一时要少，因此在学校里遇到想参加的活动也是可以参加的~暑假可以考虑参加实习+社会实践活动。

2. 如何提升科研能力？

认真撰写课程论文，注意内容和形式上的打磨，写论文是很好的锻炼机会（e. g., 了解不同领域的知识/理论/分析方法、学习如何选题/建立论文框架/使用分析工具、锻炼学术思维、熟悉学术表达等等）。如果有机会和老师交流论文选题 or 论文反馈，也可以多多和老师交流。

参加科研项目（e. g., SRTP）。尽管我没参加过，但感觉可以帮助我们了解科研项目的流程，并且这也是和老师交流、有所锻炼和收获的好机会。

可以了解一下有哪些靠谱的学术写作指导书，或许可以通过这些指导书来了解实用的科研思维/方法（e. g., 如何更高效地阅读文献）。

3. 是否有必要辅修/辅修的经验

在法律硕士（非法学）项目的报名过程中，确实有让我们填写是否辅修。但具体是否辅修，还是看个人情况（课表能否安排、是否有足够的时间精力等等）

辅修的好处包括但不限于以下三点：

- 1) 如果辅修的成绩非常不错，在申请时会成为加分项（有力地老师证明你有学习所跨学科的能力）；
- 2) 经过辅修，对所跨学科有所认识，帮助自己发现是否真的对该学科感兴趣；
- 3) 通过辅修，能够对所跨学科的知识有所掌握，在夏令营/推免准备法学知识时也会更轻松一些（但相应地，如果老师知道你有辅修，也有可能对你的回答产生更高预期）。

我因为当时有专业课和法学课的时间撞了，最终还是以旁听+自学（如网课）的方式学习课程，好处是可以自主安排时间，坏处是没有经历过考试，因此系统性梳理+针对性复习很少，应试经验少。

4. 如何及时了解各种有用的信息？

竞赛报名：我一般是关注学院年级群（学院公众号） or 班级群的通知，此外可以关注一些微信公众号（e.g., 外研社的公众号-写作、演讲比赛；中国翻译-翻译大赛），里面会有比赛通知。

实习信息：

- 1) 校内论坛（98 和 朵朵）应该能搜到很多暑期实习/日常实习的内推信息；
- 2) 一些微信公众号也会有推送实习生招聘信息（可以直接在微信“搜一搜”搜索“杭州 XX 实习”）；
- 3) 最直接的方法是去意向单位官网 or 微信公众号，查询实习招聘信息。

读研选校：

- 1) 自己意向学校法学院的官网+微信公众号（“XX 大学 XX 学院”），了解法学院的师资、培养方案、举办活动等等信息；
- 2) 在意向学院就读的学长姐，可以了解到更细节的内容，如就读体验等；
- 3) 网络平台（e.g., 知乎“在 XXX 就读是什么样的体验”类似的帖子）

三、保研流程及经验

1. 保研信息收集渠道

想要知道意向院校夏令营/推免的时间线、提交材料、考核流程、招生简章发布动态，可以参考：

- 1) 意向院校的学院官网（前几年的夏令营公告）
- 2) 保研类公众号

A) 泛保研类公众号（包括≥1 个学科门类保研信息的公众号）

B) 专门类公众号（聚焦于某大类学科保研信息的公众号）。（这些公众号比较容易就能搜到，

避免推广之嫌，我在此就不举例了）

想要知道往年的考核具体形式、经验帖（包括考核经验和文书准备经验），可以咨询/参考：

- 1) 有经验的学长姐（若能联系到）

2) 保研类公众号：里面有很多前辈的经验分享推文，写得很详细（此外，一些公众号也会在某篇经验贴的【文末】附上其他相关的经验帖，可以借文末的链接再找到其他经验帖）

3) 微信搜索栏直接搜索，即“搜一搜”（文章/公众号/朋友圈的搜索入口）：“XX 大学，XX 专业，夏令营/推免/保研，经验/分享”诸如此类的关键词，如：浙大 法硕 夏令营 （经验），可以搜到推文

4) 知乎等社媒平台

注意事项：

前几年多数是云端夏令营，现在应该基本都是线下进行，因此可以了解一下意向院校往年线下的考核形式+近年线上的考核形式，看下可能会遇到哪些考核方式。

有些保研公众号刷多了可能会让人焦虑，自己注意甄别信息+调整信息接收量。

2. 申请材料

1) 需要准备的材料一般有

A) 个人陈述（800/1000/1500/字版，不同院校要求不同）

B) 成绩单（纳米楼/丹青成长服务中心可以打印）+成绩排名（学院开具）

C) 推荐信（可以提前联系老师）

D) 获奖证明材料

E) 英语水平证明（四六级、专四专八、雅思托福等等）

2) 尽量提早准备文书（寒假或春学期），这样修改、打磨的时间比较充足（我当时准备得太迟，和各种结课大作业混杂在一起，容易焦虑）

3) 考虑自己的个人特色/闪光点是什么

3. 法硕如何准备

我个人的准备主要分为 4 个方向：

1) 学习法律相关课程：e. g, 法理学、民法总论、刑法总论（其实法律的涉及面既广又深，如果学有余力，去了解学习一些其他社会科学知识也会大有裨益）

2) 阅读法律相关书籍（很多经典的推荐书籍网上都能搜到~）

3) 参加法律相关讲座

4) 律所实习

另外，有些学校会以社会热点问题为切入口向考生发问，平常也可以多浏览新闻+新闻评论，阅读完之后尝试给出自己的观点，多多表达。

四、结语

有许多具体的准备注意事项（特别是文书准备、考核准备等等），在此千言万语道不尽，如果学弟学妹有问题通过信息搜索无法解决，或许可以通过辅导员老师联系到我，有具体问题问我，我会解答的~

祝一切顺利！

张郁竹

浙江大学 2019 级英语本科毕业生

保研至浙江大学 国际组织与国际交流

一、 个人简介

本科英语专业，第五届国精班荣誉班成员，辅修哲学专业，推免加权绩点/专业排名：4.69/5（关于具体加权标准请关注院网官方通知，也欢迎私下交流），丰富社团工作与国组实习经历，曾任校学生会融媒体中心负责人、浙江大学学生模拟联合国协会副秘书长、浙江大学学生全球治理协会媒体运营部部长。

二、 个人规划

在人生最中最畅快最恣意的年华，有幸接触了蛮多交叉领域的学习——自幼对现当代文学与英美文化有浓厚兴趣，在英语系的选修模块课中多选择语言学方向，又得益于国精班的全方位培养体系，于国际政治、国际关系、区域与国别研究等领域建立基础认知；所以最初在考虑未来学业规划时是有过纠结的，但感兴趣的研究方向主要集中于：国际传播/国际教育，并希望未来有机会实现跨学科读博。在与国组的几位导师沟通自己的想法后，发现国组的专业架构与培养目标正聚焦于跨专业、跨领域、跨文化的思维涵育与能力提升，这也正是国际社会亟需当代青年树立的核心价值观与核心竞争力。

三、 保研准备

“国际素养”这一概念的核心要求——即成为“具备国际视野、通晓国际规则、以出色跨文化沟通能力展开国际交流、以深厚专业知识储备分析国际事务的高素质复合型人才”，个人认为，这也是国组专业选拔人才的核心标准。秉持这样的认知，我从入学开始便有意识地培育全球视野、夯实知识储备、锻炼科研能力、提升交际水平。

比如，在培育全球视野方面，积极参与学术会议，关注全球治理进程，曾作为参会代表或主席团成员参与“第十三届泛长三角地区模拟联合国大会”、“中国日报社 21 世纪全国模拟联合国大会”等模联活动；曾多次参与全国高校国际组织菁英人才大赛，撰写聚焦中国参与国际事务的案例研究。

比如，在夯实知识基础方面，注重专业课学习，在修读的八门国精班核心课程中全部获得 90 分以上的成绩，曾参与联合国训练研究所开设的暑期夏令营，学习多边会议中谈判斡旋的方式、与联合国认证培训师探讨国际危机治理中青年领导力的发展；曾参与浙江大学国际素养提升训练营，修读非传统安全与地域分析模块理论课程，并在工作坊中合作撰写跨文化沟通案例分析。

比如，在锻炼科研能力方面，曾在大学生创新创业训练计划项目中深入研究各国网络谣言治理现状，并对推进网络空间领域全球合作的可行性与困难点展开分析；曾在“上合组织国际司法交流合作培训基地”实习期间，对中国、印度、俄罗斯等成员国在打击网络犯罪领域的司法实践作以梳理；曾在国际智库“世界资源研究所”实习期间协助项目组完成对国际会议（COP27、COP15 等）的社评撰写

并对总部刊发的最新调研报告进行可视化分析。

比如,在提升交际水平方面,曾作为骨干志愿者参与首届联合国机构宣讲咨询活动 UN Job Fair、世界互联网大会乌镇峰会等国际会议的外宾接待工作;曾在“全球治理周”国际组织专题讲座中作为主持人与资深国际组织官员展开交流等。

四、 保研流程及经验

材料: 各类奖状证书+个人简历+个人陈述+研究计划书(如需咨询/参考/改稿, 欢迎私下交流, 简单总结下, 核心是: 经历的个性化阐述, 将自己作为品牌介绍最鲜明的亮点)。

面试: 中英文面试各 10 分钟(单人面试, 每场安排 2-3 位面试官); 中文面试会根据个人经历与研究计划进行定向提问并考察学生对时政热点与国际局势的认知(个人认为无须过于纠结国政相关理论知识储备, 面试更侧重综合素质的考察, 不会抛出理论听你背书, 而是在具体的现实语境下考察你的分析能力与全球思维); 英文面试须准备自我介绍, 且包含现场口译测试(300 字左右的汉译英交传, 如果是线下面试, 可能没有在纸上作笔记的机会)。

暑期突击计划: 梳理个人科研与实习经历(做了什么/遇到什么困难/如何解决/这段经历对个人发展有何助益/这段经历让你对国际组织与中国外交有哪些新的理解), 亮点内容凝练在个人简历中, 经历背后的个人成长路径熟记于心; 整理国际新闻大事件(尤其是和自己的意向研究领域相关的、具有重大影响力与关注度的国际事件); 尝试与意向导师当面或邮件沟通(须提前了解意向导师的研究领域与重要成果, 研读已发表的论文和著作, 搜索下是否有正在进行的课题组项目, 同时思考未来你能在组内作何贡献)。

五、 其他分享

写到最后, 其实很难讲得出任何建议, 只能艰难勾勒出自己在迷茫中无心插柳所觅得的那条所谓的“路”; 而面对繁杂的现实生活, 终究, 路还在你的脚下, 每一步都是在书写自己的历史。但无论如何, 请不要畏惧失败、不要拒绝可能性、更不要轻易放弃每一次实践的机会。我始终相信, 每一次成长都犹如新生, 它令人想到无限, 且它的蓬勃热烈又决没有哲学的酸楚; 它令人心驰神往也魂悸魄动: 人必然且必须在与他人社会的真实互动中完成对自我的质疑与重塑, 这一旅程或许几多风雨、几多险阻, 但那正是因为, 生命不是既定轨道内的定时演出, 而是荒芜旷野里的奋力蹒跚——那才是真实的、迷人的、可贵的。

最后送给陌生的朋友一首节选的我很喜欢的诗:

理想, 不可战胜的永恒的思想, 一切存活的神灵,
都将在其肉身之中, 在额头下面燃烧, 上升、上升!
而当你看见人类轻蔑古老的枷锁, 抛开一切恐惧,
去探索未知的地平线, 你将赋予他神圣的拯救!

.....

世界像一把巨大的竖琴颤抖不已，在无边的亲吻中深深战栗！

——世界渴望爱情：而你来让它平静。

赵婧雯

浙江大学 2019 级德语本科毕业生

保研至浙江大学 国际组织与国际交流

一、保研准备

首先必须要说的是，我非常幸运，是处在保研边缘后上岸的幸运儿，因此我的经验可能更适用于和我一样的保研边缘人。

最好的情况是早些确定好自己想学的方向，然后利用辅修的方式从大二就开始上相关课程，并且尽量保证相关课程的成绩！（很多跨专业面试会着重看成绩单中的相关科目），如果有辅修/双学位经历的话跨专业面试会很加分；多参加一些相关的竞赛/活动，例如我大学阶段参加了很多国精班相关的国组实习、社团活动、科研比赛等等；在面试的时候要体现出个人兴趣+做好相关职业规划；个人申请材料 and 面试中都可以着重点出本科阶段的语言学习对所跨专业的辅助作用，作为个人加分项。

二、保研流程及经验

1. 夏令营申请

保研边缘人可能会和我一样在报夏令营上遇到很多困难，因为成绩是许多学校表刷的第一衡量因素，一般比较心选的学校的成绩要求往往是边缘人达不到的。这时候建议：

1. 首选校内，跨专业也可以；
2. 可以尝试和 zju 差不多级别的院校，即使对方要求前 15% 也大胆投递；
3. 做好被大量表刷的准备，但是往往也会有惊喜。

三、其他分享

1. 心态调整

可能会从大三下的四月左右开始焦虑起来，因为各方面压力会一齐涌上来（是否要准备考研/保研材料准备/期末备考/夏令营等等），总是会担心自己准备很久最后一无所获且占用了太多备考的时间和精力。学姐建议这种情况下，尽可能抓住可以抓住的一切机会——指要尽自己最大力去尝试保研（如果已经确定能保则保的话），也要相信自己真的可以做到，可以暗示自己“反正保研和考研专业是同一方向的就当一起学了”/“夏令营要是拿到优营了，部分学校考研可以免面试”等等。良好积极的心态是通关基础。

周璇

浙江大学 2019 级德语本科毕业生

保研至中国人民大学 国际新闻传播

写在前面：

在写下这段文字的时候，保研这段焦虑的日子已经离我远去半年多了。对我来说，这段回忆其实是有点“不堪回首”的，因为感觉自己还是走了不少弯路，以至于焦虑过度。以下是在本科前三年的生活中我为保研所作的准备以及整个时间线，希望能帮到学弟学妹们！

一、个人简历

1. 专业排名：7/32
2. 英语成绩：四六级 600+ 雅思 7.5
3. 获奖情况：主要为各类校级奖学金
4. 科研经历：省创*1
5. 夏令营情况：
 - 中国人民大学国际新闻传播（offer）
 - 复旦大学全球社会政策- LSE 双学位项目（offer）
 - 浙江大学国际组织与全球治理（offer）
 - 北京大学燕京学堂-政治与国际关系（终面没过）

二、个人规划

选择是一件很个人的事情，没有好坏之分，只有合不合适的区别。对于我个人来说，读研是我在刚上大学就做好的选择，一方面是因为自己还挺喜欢读书，还有一方面也是收到现在的就业市场的影响。可能和很多人不太一样，学习语言是我完全自愿的（笑），在高考填志愿的时候这几乎是我唯一的目标。我很享受学习语言的感觉，虽然现在弥漫着“语言无用论”，但我始终相信，语言学习可以给我带来很多，我也可以通过一门语言去不断拓展自我的边界。从我的夏令营情况来看，我的投递其实有点“混乱”，啥都有，但是吧，其实都离不开语言。这也是我选择跨专业的初衷，我想要“语言+”，在可以学习到新知识的同时，也不舍弃我的德语学习。

三、保研准备

其实我想到要保研的时间会比较晚，这完全也是因为信息差。我在大二上半年才醒悟，“哦！原来我也有可能保研！”，然后对着自己第一学年 10/32 的成绩发呆。也就是这个信息差，让我用了后面两年拼命的努力去换一个保研名额。由于本专业的小伙伴们都很强，即使后面我的绩点在逐步上升，我的名次从大二开始就稳定在 7/32 没有动过。

如果你想要保研，我个人认为各项事件的优先级顺序是：绩点>英语>科研>实习=各项社团活动。毫无疑问，学习排在第一位，即使你不是英语专业，也一定一定不要放弃英语！但是如果学有余力，我觉得多参加社团活动也是非常好的体验，因为不论是组织活动、还是与人交流，对自己的语言表达能力都是很好的提升。在科研方面，学院有很多非常专业且愿意帮助学生的老师，大家可以多去请教，找到自己感兴趣的研究方向，去阅读有关文献、学习研究方法。

我始终认为，大学生生活中最重要的是时间管理能力和获取信息并勇于尝试的能力。可惜的是，后面这一点我到大三才意识到，为时已晚。还是非常希望学弟学妹们大胆一点，大学生生活中的各种活动比赛都去试一试！即使不从功利角度出发，也真的是很棒的人生体验。

大学生生活很美好，学习虽然很重要但也只是一部分，希望大家保持良好的心态，不要太 push 自己。大家一定要把大学生活当作一次享受的过程，去好好交朋友、好好感受、好好体会课余活动的丰富多彩。

四、保研流程及经验

保研过程中我只参加了夏令营，报的学校和专业也不算多。我主要从以下几个方面讲述一下自己的经验：个人定位、文书材料、专业知识、面试准备。

1. 个人定位

首先，你是浙江大学的学生！大胆投！

在进行专业选择与院校选择时，要充分分析个人的基本情况，在对个人情况（包括但不限于地域喜好、院校偏好等）有了较为全面的了解之后，再进行选择。

在选择专业时，一般要考虑两个方面的因素，一个方面是个人兴趣，另一个方面是专业的竞争热度。首先且最重要的是个人兴趣，在进行专业选择时，尽量选择比较感兴趣的专业，这样在后续复习的过程中也会比较轻松。第二就是专业的竞争热度，学弟学妹们可以询问一下本校和自己的成绩排名，科研经历等个人基本情况较为相似的学长学姐，评估一下自己适合选择什么专业。并且，可以事先了解一下本校成绩排名在自己前面的同学选择了什么专业，在自己选择专业时，要尽量避免与成绩排名靠前的同学选择相同的专业。否则来自相同学校的两名同学报名了相同的专业，学校大概率会倾向于选择成绩排名较为靠前的同学。

2. 文书材料

其实大部分学校在申请时所需的文书材料是非常一致的，主要包括个人陈述、专家推荐信、自我介绍、以及证书的扫描件等等，因此可以在保研准备前期进行统一撰写与修改，以保证在后期可以将大部分的精力用在专业知识准备与笔试、面试能力提升方面。

在撰写个人陈述时，要尽可能逻辑清晰，语言简练，并且突出个人的优势。比如在成绩排名，英语能力或者是学术科研方面具有突出的能力或者取得突出成绩，可以进行着重描写。在撰写专家推荐信时，则要尽可能从不同的方面突出个人优势。同时，根据申请学科不同，文书的内容也要进行适当的变化，以尽可能地向老师展示个人在申请项目方面的突出优势。

3. 专业知识

专业知识考核是各校在进行招生时最为重要的考核内容，因此可以尽早开始专业知识的复习，以保证自己在笔试和面试过程中对专业知识的掌握能够达到熟练的程度。在复习专业知识的时候，我个人是按照基础知识——阅读论文——时事热点的顺序进行复习，在不断补充知识的过程中，对每一个知识点的理解也会越来越深刻。对保研本专业的学生，尽早进行大学专业知识的梳理；对于跨保的同学，就要根据跨保的院校专业进行知识点的重点选择，在阅读一些文献时也可以尝试从原本专业的角度去思考。

4. 面试准备

重点：逻辑、英语、仪态

在准备前根据需要准备 1 分钟自我介绍/3 分钟自我介绍/5 分钟自我介绍。自我介绍可以采用关键词介绍法，将自己的优势用关键词总结，这样有利于老师抓住重点。一般面试中都会有一部分英文问题，但不会特别难，但需要注意，如果你要面试的项目（比如：复旦-LSE；北大燕京等）是全英文的，那你就要注意锻炼非常流利的口语能力了。在面试中，一定要落落大方！不要紧张！相信自己！

结语：

很高兴能有这样一次分享的机会，虽然过程心酸但好在最后有所收获。也希望大家心想事成，开开心心。

考 研

陈淑虹

去向：北外高翻会口

申请介绍		硬性条件	
本科专业	翻译	主修加权 GPA	4.18
申请方向	北外高翻会口	所有课程 GPA	4.17
最终去向	北外高翻会口	雅思/托福/其他	专四优秀
邮箱	1033977541@qq.com	四级/六级	/
其他联系方式	/	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	397/500		
考研复试成绩	86.1/100		
荣誉奖项			
没什么很有含金量的，不重要 ToT			
科研、论文及交换经历			
SRTP 国创			
实习经历			
政府单位实习、翻译公司实习			

1. 个人复习的总体时间线及规划

22.3-6 月 起步阶段，主要为专业课打基础，学的比较悠闲

7-8 月 提升阶段，开始认真备考专业课（翻硕英语、中英翻译、汉语写作与百科）

9-10 月 精进阶段，加入政治

11-12 月 冲刺阶段

23.1-2 月 以为初试成绩不稳就没急着准备复试，干了些别的 eg.写论文、考教资

3 月 院线出了开始临阵磨枪

4 月初 复试+拟录取

2. 考试科目经验分享

①政治

具体时间规划

9 月底 刷选择题（二刷了马原毛概，三刷了所有错题）

11 月底 拿到肖八才开始看分析题

12 月中 昏天黑地背肖四

参考书籍

肖秀荣精讲精练（知识点很全，还可以拿来备考毛概习概）

肖秀荣 1000 题（如果不习惯用纸质书也可以用灯塔考研 vx 小程序，选择题又全又多）

肖八、肖四

腿姐背诵手册（知识点查缺补漏）

公众号：徐涛、苏一说了、利之学姐（强推，资料很多且全部免费）

经验/建议/教训

1. 我政治开始的其实比较晚，仗着高中是文科生有点基础，不过最后分数也没有很理想属于一个自作自受，所以建议大家时间允许的话还是早点开始（7-8月就行）！
2. 善用各平台资源，但切记贪多嚼不烂。像肖秀荣、徐涛、腿姐这种考研政治名师，如果想报班/听课，从头到尾跟一个就行，书也别串着用，不然多种思路越学越乱。
3. 肖四分析题一点都不好背！！拿到肖四就开始背！！不然就会像我一样考前还没背完但是阳了发烧头痛一个字都看不进去.....

②专业课程

具体时间规划

3-6月 打基础：背单词；读外刊；练 ECCE 翻译（不计时，求质不求量）；读传统文化&中西方文学类的书

7-10月 专业课提升黄金期：大量阅读长篇外刊（2000-4000词）锻炼信息抓取能力，写summary（500词）练总结能力和英文写作能力；EC翻译练习目标为摆脱原文牵引、地道中文；CE翻译目标为简化假大空、词句尽量多样；复健高中语文应用文&议论文。

11-12月 为了应试：练习要计时；落实到笔头，开始手写翻译，手写作文；参加模拟考试，做套题；背诵热词翻译和百科词条。

参考书籍

1. 翻硕基础

扇贝单词 app 专八单词

专四语法（如果你语法还不牢）

外刊：The Economist; The Atlantic; The New York Times; The Sixth Tone; AEON

2. 中英翻译

《中式英语之鉴》（北外高翻必读书目）

《非文学翻译理论与实践》

韩刚二笔教材

张培基《英译中国现代散文选》

当年领导人双语文件，如政府工作报告

公众号：LearnAndRecord; XXLIN1987; China Daily; CGTN

3. 汉语百科与写作

《中国文化要略》（知识点很细很多，吃透一本足以）

《乡土中国》

《古文观止译注》

时政：人民日报评论、南方周末、半月谈

经验/建议/教训

1. 如果开始的早，时间充足，可在前期多看些提升文化素养的书，也可看些社科类或社论文章，保持输入，坚持思考。
2. 备考阅读、翻译时，不要避开不熟悉或不感兴趣的主题，如金融、科技领域，翻译是要个杂家。
3. 如果开始的早，前两个月不用对努力和回报过于“斤斤计较”，即使短时间没有明显进步也无需焦虑；但中后期是需要大量练习的，这时量变产生质变，水平会显著提升并在后期趋于稳定。
4. 如果你考的专业课和题型需要大量背诵，尽早开始，尽早开始，尽早开始！（是谁最后攒了一堆背不完心态崩了我不说）。
5. 可能我不算很严格自律的人，所以没有给自己规定要每天“6点起，23点睡”或“学满12h”。我是按“任务完成数”来安排学习，比如“今天背50个单词；精读一篇外刊；CEEC各一篇，翻译+批改+总结；政治学3节内容+刷1000题”，可能效率高一天学8h就完成任务了，那剩下的时间就休息。

3. 其他建议

复试建议

- （1）练习时录音计时，听听自己的流畅度和语气。（如果你的复试内容是英文演讲与问答、视译、无笔记交传这类内容）
- （2）找考研小伙伴一起模拟面试，既能锻炼应变能力，又能相互指错，共同进步。
- （3）复试时稳住心态，注意细节（考ZJU高分子专业没穿实验服就开始做实验直接扣了10分的例子在我们这届广为流传），坚持到最后一分最后一秒！

心态建议

- （1）考研人谁没心态崩过个三四五六七八次的，这个好像避无可避。
- （2）如果你烦躁、焦虑、抑郁，一定要找个人聊聊（父母、朋友），千万别闷着。心理状态是会影响身体状态的（失眠、心悸、皮肤病），再在紧张的考研日程中挤出时间治病不是更崩溃。
- （3）保持一两个爱好，如运动、艺术项目，永远保有一点生活的新鲜感和刺激感，在压力大时也能作为一个能量补给站。

个人建议

- （1）如果你不跨考，本专业基础又比较好，可以7-8月再开始备考。不然像我一样战线拉太长，前期拖拖拉拉效率不高，后期又无数次疲惫了，倦怠了，真的很折磨人。

(2) 计划考研日程时预留出一段时间，以防有紧急情况发生（生病治病、家里有事、参加学校活动等）。

(3) 下定决心考研就一门心思考研，不要同时既准备考研，又想考雅思出国，又想考公，什么都想要就什么都抓不到。

4. 考研经验总结

我的考研成功是由 50%努力和 50%选择构成的。选择之所以同样重要，是因为如果我没有留在自己的“舒适圈”（也就是翻译）而是选择跨考，那么同样的努力和付出也可能上不了岸；如果我没有在 9 月填报志愿时将原定的上外改为北外，那么以今年上外的诡异压分和缩招，我可能也上不了岸。

所以“越努力，越幸运”或许只是幸存者偏差，希望大家在做选择时多问自己“我是下定决心了就要选考研这条路吗？我吃得了这个苦吗？”“这个专业真的适合我吗？我的真实水平我心里有数吗？目标院校我努力跳起来够得着吗？”多问，多想，或许能做出更有利于自己的选择。而选择过后，才是上面几百个日夜的努力。

郭桓维

去向：浙江大学日语语言文学专业

申请介绍		硬性条件	
本科专业	日语	主修加权 GPA（选填）	4.23/5.00
申请方向	浙江大学日语语言文学	所有课程 GPA（选填）	4.32/5.00
最终去向	浙江大学日语语言文学	雅思/托福/其他	日语能力测试一级
邮箱	3190105979@zju.edu.cn	四级/六级	573/526
其他联系方式	vx: ghw13323829296	是否在保研线内	是
考研情况			
考研初试成绩	424/500【(101) 思想政治理论: 69; (251) 二外英语: 81; (713) 日语语言与文学: 127; (813) 日语翻译与写作: 147】		
考研复试成绩	95/100		
荣誉奖项			
【2019-2020 学年】 1、浙江大学-NITORI 国际奖学金 2、浙江大学文体活动标兵 【2020-2021 学年】 1、浙江大学三等奖学金、浙江大学-NITORI 国际奖学金 2、浙江大学学业优秀标兵、浙江大学学业进步标兵、浙江大学创新创业标兵 3、2020 年第二届全国高校创新英语挑战活动英语翻译赛（英译汉）三等奖 4、2021 年第六届“LSCAT”杯浙江省笔译大赛（日译中）三等奖 【2021-2022 学年】 1、浙江省政府奖学金、浙江大学二等奖学金 2、浙江大学校级优秀团员 3、浙江大学学业优秀标兵、浙江大学创新创业标兵、浙江大学文体活动标兵 4、2022 年第七届“LSCAT”杯浙江省笔译大赛（中译日）一等奖和“浙江省笔译之星”荣誉称号 5、2022 年第七届“LSCAT”杯浙江省笔译大赛（日译中）二等奖 【2022-2023 学年】 1、浙江大学校级优秀毕业生			
科研、论文及交换经历			
1、浙江大学外国语学院本科生第一期论文集，Interpretation of“Secret” and “Tenderness” in Higashino Keigo’s Naoko 2、第三届文学伦理学批评跨学科研究大学生领航论坛，并发表题为“是‘妻子’还是‘女儿’——论东野圭吾《秘密》中的身份混乱与选择”的论文 3、第十一届国际文学伦理学批评研究年会 4、作为负责人完成题为《以东野圭吾<秘密>和紫金陈<隐秘的角落>为例的中日推理小说伦理主题分析——基于 CFLSI 数据库的比较研究》的 SRTP 项目，并以优秀等级结题			
实习经历			
1、2021.07-2021.08 河南省郑州市人力资源和社会保障局 2、2022.07-2022.08 浙江大学出版社			

1. 个人复习的总体时间线及规划

2022.07-2022.09 英语单词积累并反复背诵（3遍）；专业课基础知识复习

2022.10-2022.11 英语阅读及完形填空练习（使用英语一及英语专业四级）；政治网课（个人用的是徐涛的课程）；专业课翻译练习（朝日新闻《天声人语》专栏，积累词汇巩固语法的同时提升翻译和写作水平）；专业课文学史和语言学基础知识背诵

2022.12 英语写作模板记忆（个人是经常翻看，并没有刻意背诵）；政治着重肖四肖八的反复练习（选择题刷3遍，肖四大题背2遍）；专业课集中反复背诵10月和11月在复习过程中整理的内容，同时暂停翻译练习

2023.01-2023.02 等待笔试出分，在完成毕设的同时阅读原版书籍

2023.03 得知进入复试后开始全力准备面试，具体有背诵个人简介和准备的问题，同时巩固初试的考试内容，并阅读一定数量的学术论文积累面试时的答题模板

2. 考试科目经验分享

①政治

具体时间规划

由于开始较晚，9月份才开始看政治网课，所以只挑了重难点部分（马原和毛概）观看；上述部分看完后，基本已经过了十一，开始刷肖1000的选择题，同时准备时政方面知识的复习；11月份肖8出版，重点放到肖8选择题的练习和肖1000错题的练习（肖8选择题大概刷了2遍，对里面做错的题目，尤其是连续两次做错的题目进行彻底分析，查找到题目对应的知识点记忆后，反复刷同一知识点的题目）；12月份肖4出版，开始对政治大题部分系统的背诵，每天背诵2道大题，复习2道大题，同时刷2遍肖4选择题，完成后再刷一遍肖8+肖4选择题。

参考书籍

徐涛考研政治核心考案，肖1000，肖8，肖4（买的书很多但实际看的只有这几本）

经验/建议/教训

相信已经开始准备考研的学弟学妹大多数听到对于考研政治的复习建议都是不用着急，可以放到后面再开始复习，是一门很容易上分的科目。事实上的确如此，但是过晚的开始准备会导致知识点无法精准掌握（政治的知识点特别多），而对于考研政治来说精确性个人认为可以说是决定最终分数高低的决定性因素。政治重在理解，不需要过多的死记硬背，并且短时间也很难大量精准背诵上千个知识点，所以已经明确自己要考研的同学可以三四月份在课业压力不大的时候就开始看政治网课（建议以马原-毛概-史纲-思修的顺序），可能的话最好反复观看（尤其是前两部分），最晚也建议大家暑假就开始学习政治网课。刷题的话个人建议系统看一遍网课后再开始，以查漏补缺的方式可以提高效率（分析错题原因：粗心还是知识点没有掌握），一些历年都比较重要或者可以作为万能模板的大题知识点可以提前背诵。针对肖4肖8，建议大家肖8注重选择题，肖4在注重选择题的同时背诵大题（重点放在前两套卷，可以找网上的带背视频，但要

自己甄别)。

②英语

具体时间规划

7-9 月，反复背诵单词，需要背诵 4-5 遍，车轮式记忆，提前完成后背诵专四单词；10-11 月，英语一及英语专业四级阅读理解及完形填空练习，以及英语专业四级语法单词单项选择题练习，同时继续复习背过的单词，并积累阅读理解中不认识的生词（不追求时间，精做）；12 月，反复大量记忆写作模板（只看不背），每天做一篇阅读理解保持手感。

参考书籍

考研英语 201 历年真题，英语专业四级历年真题，专四语法与词汇，考研英语写作白皮书

经验/建议/教训

英语个人认为是一门可以短期迅速提分的科目，但关键在于单词的大量积累，所以在复习过程中我几乎用了复习英语科目一半的时间来积累尽量多的单词（缺点是考完试后不巩固容易忘记，但是事实证明考试的时候还是发挥了很大的作用），最基础的就是背考研英语单词（建议直接用英语一的范围背），学有余力可以背英语专四的单词，这些都掌握的话考研英语基本上问题不大。并且由于需要背诵的单词量较多，所以个人认为速记+反复是短时间记忆单词比较有效的方法，具体还是根据大家个人的情况进行（总之就是单词很重要），在此之上再刷题之类的，就有事半功倍的效果。刷题的时候，如果复习时间紧张，可以直接做真题（至少一遍），在做的时候不用过分追求时间，重点在精，能够理解文章至少 90% 以上的内容，遇到不会的单词也可以顺手记下，有时间的话可以卡时间再刷第二遍（可以留近三年的真题不做，用作模拟）。网上有的经验会建议大家看纽约时报等英文报刊，但个人认为单词量足够+吃透近十年真题基本就没有太大的问题了。

③专业课程

具体时间规划

7 月和 8 月，复习本科期间学习的日语基础知识。9 月和 10 月，复习日本文学史和日语语言学方面的内容，第一遍先通览，对知识框架有一个大概的印象，然后第二遍精读，按照自己的理解整理出知识框架并标注出重难点知识。11 月，对整理出的知识框架反复记忆。（7-11 月坚持每天翻译天声人语）12 月，做一些专业课题目（文学史和语言学）的练习，查漏补缺。

参考书籍

日本文学史（苏州大学出版社），新日本文学史（文英堂），新编日语 1-4 册

经验/建议/教训

“基础不牢，地动山摇”的说法用在专业课上我认为十分合适的。专业课诚然有一些为了区分学生水平而设置的难题，但大部分的题还是注重基础，拿我的专业课来说就是语言能力和日

常积累，所以专业课是一门不大容易短时间内提分的科目，只有多次的反复才能够达到一个比较好的效果（文学史复习的时候过了 5 遍，语言学过了 2 遍）。如果是跨考的同学，大量的背诵和日常的积累自然必不可少；考本专业的同学就会轻松一些，本科期间相关课程的资料也可以用作考研复习资料，有时间也可以多看一些学术论文，如果专业课出小论文的时候会有很大的帮助（当时没有看论文，导致考试的时候写这类型题目时花了不少时间）。不同于政治和只考察语言水平的外语，专业课的复习是没有捷径的，只能按部就班地推进自己的复习计划。

3. 其他建议

复试建议

复试个人认为最重要的就是两点：信息获取能力和保持心态平静的能力。如果目标院校给出了复习范围和参考资料自然比较方便，但是如果遇到没有规定考察范围的情况就需要大家联系老师或学长学姐来获取信息，一方面能够不在对复试一无所知的情况下参加考试，对复试时心态的稳定起到了很大的作用，另一方面也能够通过前辈的经验走捷径，达到更好的复习效果。总的来说，复试与初试相比，考察学习、科研、实践、临场反应等各个方面，更加注重学生的综合能力，所以，在充分准备复试的基础上，更好保持良好的心态，至少不能在复试中过于紧张，如果发挥不出自己的实力也是很遗憾的一件事情。并且，个人介绍和一些常见的基础问题，可以在初试结束后休息半个月左右就开始着手准备（如果觉得自己有可能进复试的话，但有一点可能性都建议尝试），这样会减轻后面很多的压力（个人就是全部挤到了 3 月份，导致每天都要背上千字的东西）。

心态建议

说到底还是要自信，不要在准备和考试过程中过度关注结果，带给自己不必要的负面压力。

4. 考研经验总结

总的来说，考研是一场持久战，对大家的体力和精力都有着很大考验。在我当时复习的过程中，遇到很多中途放弃的同学，甚至有考完两门后觉得没希望就弃考的同学，然而这些同学的实力都不弱，并且也有前两门分数实际很高但因为放弃错失机会的同学。所以，大家不管遇到什么困难都不要放弃，既然选择了这条道路就要义无反顾且全力以赴地走下去，不要过分关注可能的结果，而是立足当下做到最好。同时，考研过程中也一定要注意身体锻炼，每天晚上可以出去散散步，做做运动，白天复习的时候也要一小时左右休息十五分钟，不要久坐（否则就会像我一样半年胖三十斤+腰肌劳损），人生的道路还很长，考研的结果并不会限制甚至决定我们未来的发展，相信任何结果都是上天最好的安排，所以健康的身体和良好的心态才是最为重要的，如果还能够坚持到考试结束，可以说已经胜利了大半。

并且，大家在考研复习过程中不要过多关注一些公众号和网络上有有关复习进度、每天复习时长等的信息，也没有必要和同在考研的同学比较，反而会增加自己的 peer pressure。每个人都有自己不同的学习特点和复习节奏，每天复习时间长不代表复习的充分，也不代表最终一定成功的结果。比如我就必须保证自己每天 8 小时的睡眠，实际每天学习时间也只有 7 小时左右，但这样的时间安排可以最

大限度地发挥出我学习的效率，并且也一直在寝室复习，最后也取得了不错的结果。所以大家按部就班，按照适合自己的方式学习就足够了。

最后，希望大家对自己有足够的信心，相信奇迹才能创造奇迹，只要坚持和拼搏就没有什么无法攻克的难题，相信大家都能够获得一份满意的结果！

金苏玥

去向：南大英语笔译（专硕）

申请介绍		硬性条件	
本科专业	翻译	主修加权 GPA	3.84
申请方向	英语笔译	所有课程 GPA	3.87
最终去向	英语笔译	雅思/托福/其他	英语专四优秀
邮箱	3190105936@zju.edu.cn	四级/六级	无
其他联系方式	QQ: 947905970	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	368 /500		
考研复试成绩	231 /300		
荣誉奖项			
Catti 三笔合格			

1. 考试科目经验分享

①政治

具体时间规划

8.10-8.25 徐涛考研政治强化班（网课）

10.15-11.15 肖 1000+徐涛冲刺笔记

12.10-12.15 肖八做了两遍

12.15-12.25 肖四

参考书籍

徐涛核心考案、冲刺笔记

肖 1000、肖四、肖八、时事政治

经验/建议/教训

我的政治只考了 60，且思政课成绩都没上 4 基础薄弱，所以上述没有太多参考价值，只能说是反面教材，大家不要像我这样复习 orz

教训是肖 4 我只背了三套，没背的那套在考试有出现几乎原题，所以侥幸心理不可取

②英语

参考书籍

华研专八阅读

华研专八词汇

经验/建议/教训

有的学校会自主命题，不是全国卷，一定要去看报考学校的历年真题

③专业课程

参考书籍

《翻译硕士考研网 应用文写作金牌宝典》

经验/建议/教训

448 的应用文写作格式一定要看!!

2. 其他建议

复试建议：正常发挥即可

心态建议：放平心态不用紧张

3. 一些题外话~

填写这份材料时万般惭愧。因个人原因，没有充分复习就上了考场，没想到踩着分数线进了复试，又踩着分数线做了“孙山”，侥幸过关。私以为其他同学比我更适合传授“心得”。我若不写或简写，有“凡尔赛”的嫌疑，然绞尽脑汁，终究无甚可写，难免惴惴；思虑再三，进退两难，还望老师同学海涵。日后必将努力学习，弥补缺陷。

从我个人经历来看，zju 翻译系的同学们的实力是完全够的，学弟学妹们比我基本功更扎实（我绩点并不出众），学习更勤奋，也有清晰的目标，一定可以实现自己的梦想。

李欣宜

南京大学经济法（中德）

三年制法学学硕，统考时单独招生和排名。前两年在国内学习，后一年在德国哥廷根大学学习。

申请介绍		硬性条件	
本科专业	德语	主修加权 GPA	4.15
申请方向	南京大学经济法（中德）	所有课程 GPA	4.13
最终去向	南京大学经济法（中德）	雅思/托福/其他	专四 81
邮箱	843792093@qq.com	四级/六级	603/583
其他联系方式	Tel 13421310213	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	388/500		
考研复试成绩	176/260		
实习经历			
德语所语料库项目实习			

个人复习的总体时间线及规划

2022 年 2 月	收集信息，选择报考的学校、专业以及了解相关的专业课科目。
2022 年 2 月底—6 月底	学校课程、考试较多，只能在课余时间进行考研科目的学习，进度缓慢。学习时间一天 2h 至 6h 左右
2022 年 7 月—8 月 23 日	暑期留校学习。一天 8h 左右，从早晨 8 点至晚上 9 点。一周休息两天。
2022 年 8 月 23 日—9 月 10 日	回家+隔离七天。几乎没有学习，隔离时进行了一些笔记整理的工作，但是效率低下。
2022 年 9 月 11 日—11 月初	给自己几天时间进入状态后，平均一天 8—10 小时，从早晨 7 点半至晚上 10 点半。每周休息一天
2022 年 11 月初—12 月 23 日	冲刺阶段，平均一天 10—12 小时，从早晨 6 点 50 至晚上 10 点半，每周休息一天。

1. 考试科目经验分享

①政治 66 分

具体时间规划

7 月底—9 月中旬，每天学习徐涛老师的精讲课约 1h，但是事实上因为看课程的战线时间拉的太长，有效性较低。之后一直到 11 月中旬每天仅仅花半小时左右背诵徐涛老师公众号的主观题带背。11 月中下旬肖四、肖八、徐涛六套卷出版，都只做了客观题。12 月初开始背诵徐涛必备 20 题，结合肖四的主观题查漏补缺，每天 40 分钟左右。

参考书籍

徐涛政治精讲。

肖 1000、肖四肖八

腿姐微博，每天会出一道选择题，休息的时候可以顺便做一做，查漏补缺。

公众号“考研政治徐涛”主观题带背。

徐涛必备 20 题。

经验/建议/教训

就客观题方面，考试的选择题一般来讲较为常规，每年会有几个超纲的题目。虽然我个人在备考前期没有进行客观题的训练，但是还是建议备考的学弟学妹在听完课之后做做肖 1000 中相应的部分，锻炼题感，总结错题，加深对相关知识的理解，从而提升正确率。后期肖四肖八的客观题必做，并且需要明确每道题、每个选项背后的考察方向和知识点，作全面掌握。

就主观题方面，考试的主观题基本都是结合材料套模板，由自己发挥的余地非常有限。我个人在冲刺阶段仅背诵了徐涛预测 20 题和肖四，在今年的考试之中已经足够。市面上有很多其他老师的押题资料，但是肖秀荣、徐涛、陆寓丰三者占有压倒性的市场份额，肖四去年押中全部的主观题，因此必背，建议备考同学在熟练背诵肖四主观题且尚有精力的基础上，选择另两位任一资料进行补充，这样一来便几乎可以涵盖主观题的出题范围。

我的政治成绩非常一般，除了江苏省本身改卷的因素之外，我在该科目上所投入的时间较少是决定性因素。但是我依然认为在专业课备考压力较大的情况之下，最好不要花费太多的时间在政治上。政治在满分 500 分的研究生入学考试之中仅占 100 分，且考生之间也不能够拉开太多差距，拿南京大学法学院举例，整个法学院近 200 位考生的政治成绩几乎都集中在 60 分—75 分的分段，因此私以为大量时间的投入事实上性价比并不高。我个人高中时是纯正的文科生，在政治备考上有啃老本之嫌，备考的同学需要根据自己的能力、占大头的专业课所需的备考时间选择恰当的政治备考方式。

②德语 78 分

具体时间规划

3 月—7 月，背单词，练习中译德。做专四真题。每天 1—2h 不等。

7 月—考前，背单词，做考研真题，复习语法。每天 0min—1h 不等。

参考书籍

德语专业四级真题

南京大学德语二外真题

标准德语语法精解与联系（外研社）

Anki 因为在德语之中存在大量一词多义，为了对这样的词加深记忆，将每一种意义的应用方法以中译德方式来记忆。

经验/建议/教训

大部分学校的德语二外考试都相对简单，低于专四难度，对于基础比较扎实的同学来说仅需牢固基础知识即可。备考时需要根据真题的题型做重点训练。南京大学的二外考试题型灵活多变，但除德译中外，都侧重于基础的词汇和语法的考察，如不同词缀相同词根的动词释义，被动语态的不同表达等。今年的德译中文章较长，并且出现大量河流名、地名、景点名称，我在考前

没有复习到这一部分，因此在考试时比较无措，建议同学们在备考时加以重视。

个人认为小语种备考对于我院同学来说更多是一种心情调剂，应当重点关注基础知识，根据相应的命题风格进行，不建议花费大量时间。

③专业课程 专业课一（民法、法理）105/150 专业课二（刑法总则、宪法）139/150

考试题型：6 个名词解释（每题 5 分）+6 道论述（每题 20 分）。

分数占比：

专业课一：民法 3 名词解释 3 论述+法理 3 名词解释 3 论述

专业课二：刑法 4 名词解释 4 论述+宪法 2 名词解释 2 论述

课程	时间安排		建议和教训
民法（总论、物权、债权）	3 月—7 月底	看书+看民法法考课程。	课本：《民法学》法律出版社。南大学硕考试改革前朱庆育老师的《民法总论》也为参考教材，在今年的考试之中也有论述题涉及，我因为时间原因没有能完整全面的阅读学习，仅重点看了法律行为章、时效章。建议学弟学妹妥善进行时间规划，对本书作精深掌握，对提高成绩、打通民法思维百利无一害。 法考课程：强烈推荐钟秀勇老师。钟老师谈吐儒雅，部分同学认为老师喜欢重复，但老师讲课即为法言法语，重复不仅能够帮助我们加深记忆，将知识内化于心，同时对我们学会规范的组织答题语言也具有重要作用。对于没有基础的同学来说，在刚开始听课时可能会觉得比较艰涩难懂，但只要耐心就能逐渐跟上老师的节奏，我在整个初试备考过程之中一共听了两遍钟老师的课，第一遍 1.5 倍速，第二遍 2 倍速基本可以没有难度地理解。同时，钟老师的讲课时融入大量王鉴泽、朱庆育等等民法大家的观点和理论，能加深我们对制度、理论的理解。 考试范围：在官网中标注的考试范围是总论、物权、债权，并且历年真题没有考察过侵权责任编，因此我在备考时理所当然认为债权仅仅包括合同编，但今年考试以论述题形式考察了侵权责任编，我在考场上与考题面面相觑痛失 20 分，对专业课二考试时的心态造成严重影响。因此学弟学妹们备考时应当对债权作全面学习，法定之债、有名合同等应当掌握。
	8 月—10 月底	在学姐背诵资料基础上，整理背诵笔记。第一轮背诵。	
	10 月底—11 月底	第二轮背诵。	
	11 月底—12 月 20 日	第三轮背诵。	
	12 月 20 日—考前	快速过第四轮，重点背诵常考点。	
法理	7 月—9 月底	一轮背诵	直接背诵：我在前期试图读懂张文显教授主编的《法理学》红皮书，但无果。法理内容抽象，对零基础考生不友好，于是我便决定直接开始背诵直系研究生学姐根据张文显编写的背诵笔记，如遇到不能理解的地方再翻课本并进行补充，事实证明直接背诵除了背诵速度较慢之外，最后依然能够达到对概念和理论的理解。 课本：官方给出的参考教材是马工程，但是个人认为张文显的红皮书更具逻辑，更加详实，而马工程的法理学与宪法学有大量重复，很多章节考到的概率几乎为零，没有补充和学习的必要，同
	9 月底—11 月中旬	二轮背诵	
	11 月中旬—12 月 15 日	三轮背诵，根据马工程补充笔记。	

	12月15日一考前	快速过第四轮，重点背诵常考点。	时逻辑混乱，不建议以其为基础搭建框架，但同时需要注意一些红皮书之于马工程空缺地方的补充。
刑法总则	3月—7月	看课本、听法硕课	课本：官方给出的参考教材为马工程，以四要件为定罪量刑的理论基础，与法硕考试相一致。但是同时，马工程之中很多问题的论述比较混乱，我个人针对论述不详实以及部分有争议、有研究价值的部分对照张明楷教授的《刑法学》进行了补充，事实证明是一个比较正确的选择，今年关于不作为犯罪的义务来源、醉酒等原因自由行为的论述题经过自行补充之后我能够相对完整和全面的答题，但切忌花费过多时间在这本理论基础与参考教材大相径庭同时内容艰深难懂的教材之上。同时，在考试改革之后，所有南大学硕考生统一考察刑法总则，这意味着对刑法考题可能会偏向“贝多芬”模式，观察真题能够发现，近几年的题目尤其是名词解释都喜欢考察一些细枝末节的概念，在备考时不要存在侥幸心理，但凡在课本上出现概念都要掌握。同时刑法之中存在大量不同观点，学有余力可以了解处在对立面的不同学者如何展开其观点。 法硕课程：推荐车润海老师。车润海老师幽默风趣，能够结合案例大大增加在初期对刑法的兴趣和理解，引导考生搭建框架，为有效背诵打下基础。
	7月—9月	整理背诵笔记，进行第一轮背诵。	
	9月—11月中旬	第二轮背诵	
	11月中旬—12月15日	第三轮背诵	
	12月15日一考前	快速过第四轮，重点背诵常考点。	
宪法	8月—10月底	整理背诵笔记、第一轮背诵	参考教材：官方参考教材为马工程。宪法仅考50分，包括2个名词解释，2道论述。考察的重点明确且通常比较基础，老实背诵即可，但是宪法之中所确定的原则、基本权利义务等能够成为理解其他部门法规定的基础，许多制度安排都能溯源宪法。我的背诵笔记是结合马工程、武大保研宪行同学的保研笔记以及法大小月河的宪法学笔记整理的，删去了很多马工程之中意识形态浓重的表述，对于应试业已足够。
	10月—11月底	二轮背诵	
	11月底—12月20日	三轮背诵	
	12月20日一考前	快速过第四轮，重点背诵常考点。	

专业课经验总结

真题导向	对于自命题，一定要注重真题。每所高校有自己的强势学科和命题风格，找准重点能够在冲刺阶段提高背诵复习的性价比。南大法学学硕专业课考试的重点其实比较明显，民法总论之中的法律行为、意思表示、时效是重中之重，物权编之中的担保物权考到的次数最多，债权之中合同编毋庸置疑是重点。刑法之中，刑事责任论和刑罚论几乎没有考到过，而犯罪论中的正当行为已经连续三年考察。法理学考试几乎涉及每一编知识点，复习时须平均用力，同时出题老师对执法、司法原则有明显偏爱，常考到。
课本	南大法学所有专业课指定的参考教材都为马工程，但是众所周知，马工程课本编写质量难称尽善尽美，且课本致中包含大量具有强烈意识形态、从功利角度对应试无

	甚意义的内容，因此个人建议备考时参考其他的课本。
背诵方式	(1) 比较流行的背诵方式包括背诵笔记和背诵课本。这两种方式各有利弊。由于我个人在备考专业课时参考了除马工程之外的其他资料，因此选择了整理背诵笔记，即将每门专业课需要背诵的内容整理至一个文档之中背诵，脱离课本。这种方法在前期需要花费大量时间，但是以前的学长学姐的笔记也能够在微博、咸鱼等平台收集到，在其基础上进行补充能够节省整理时间。并且这种方式无疑也使我在整理笔记的过程之中形成相应的框架，并省去后期翻书的时间。 (2) 注意建立框架。背诵不能是孤立的，一加一大于二，法之所以能够发挥规范效果，正是因为不同的制度搭配使法变成一个有机统一的整体共同发挥作用，因此在背诵时一定要形成体系。我在每天背完一门部分法之后会在白纸上以画思维导图的方式简单复习，同时我的背诵笔记也以不同的数字来对不同的层级进行划分。有一些其他考生使用 X-mind 来构建导图，也具备可行性，学弟学妹可以根据自己的习惯进行探索。 (3) 平静接受遗忘。“遗忘是上帝的礼物。”虽然在备考时常常会因为这份礼物而抓狂，但沉溺于焦虑情绪之中毫无意义。我的背诵笔记一共有 70w 字左右，因此我从一开始就清楚对于普通资质的我来说，不可能仅靠一两轮背诵便滚瓜烂熟，所以不会因为遗忘而陷入内耗。同时也不建议法学，以及与法学相似背诵内容繁多的专业使用艾宾浩斯进行复习，并且我个人在前两轮背诵时也不会对前一天背诵的内容进行复习。因为内容太多致其可行性低，只会徒增压力。 (4) 背诵方法方面，我个人喜欢读出来背诵，我认为像在跟别人讲解一样背出来能够锻炼自己输出法言法语的能力。但比较默背来说，出声背诵可能会花费更多的时间，应根据实际情况选择。
考试模拟	对于法学来说，可能考试时间很紧张，这就要求考生必须提前进行模拟，根据题目分值合理分配答题时间。如南大学硕专业课题型为 6 道名词解释，6 道论述，名词解释 5 分每题，论述 20 分每题，考试时间为 150 分钟，因此名词解释大概 5 分钟一题，论述大概 20 分钟一题，这样才能够保证完成所有的科目并且回答较为完善。而规律的练习能够提升答题的速度和技巧，在考试之中才能够更加游刃有余。我在三轮背诵时，每天每门会随机抽前一天背诵内容，写一道名词解释一道论述，进行计时。
时间规划	没有好好进行时间规划可能是我本次考研旅途的最大教训。贯穿我整个备考过程（包括复试）的焦虑来源就是“时间不够了”，这也是我在公共课上花费时间如此少的原因。在前期一定要根据自己的能力和进度对时间进行合理的安排，最好是作日计划、月计划，并且尽力提升计划的完成度，同时要在开始备考时留下充足的试错时间，找到自己的最高效率，这样才能在冲刺阶段避免自乱阵脚。同时切忌自我感动式虚假学习，坐在自习室毫无效率看 12 小时网课，不如踏实背书 2 小时。

2. 其他建议

- 信息获取：建议在备考时参考其他学长姐的经验，对备考大概的时间安排、所需资料、重点有明确了解。另外，了解所考学校、专业的报录比等也非常重要。常说“选择大于努力”，在考研的语境之下，这种说法或有夸张，但也证明全面了解信息、作出性价比最高的选择对于一战上岸的重要性。我个人是在“法学考研帮”公众号上了解到我所考专业的报录比，约为 10:1，同时“青

苗法鸣”、“弘文馆大学士”等微博博主的主页之中会有不同学校的法学学硕备考经验，可以参考。从学长姐的经验贴获取信息必然十分重要，但是完全复刻他人的经验或经历不具备必要性和可能性。备考时必须要结合自己的实际情况进行调整和选择。

- (2) 脱离手机：除非拥有钢铁般的意志力，能够确保自己在想进入心无旁骛状态时就可以迅速而坚决远离一切诱惑，否则不要高估自己的自律性，远离手机和不必要社交是提高备考效率重要一步，有人会用老人机代替智能机，有人会在特定时间段锁机。我个人会把手机留在自习教室里，在教室外背书。不管用什么方法，在备考时把手机脱离自己视线范围，有利无害。
- (3) 打持久战：备考时间长则一年，短则几月，无论如何都不是一蹴而就，因此必须让自己保持长期的备考状态。没有人能够每天每时每刻都保持高效，与其假装学习，不如让自己保持良好作息，适度休息。我个人每天保持 6 小时左右睡眠，每周会休息一至两天，按时吃三餐，每个人有不同的作息习惯，但唯有找到让自己舒服的节奏才能够减轻焦虑情绪，让自己有继续的动力。
- (4) 心态调整：我自认为是情绪稳定、比较钝感的人，也依然无法避免考研之路上的焦虑，但我有能力不陷入无止境的自我内耗之中。从小学到高中的学习经历使我们坚信有努力就有回报，但是如今我们却常常萌生一种付出和收获不对等的无力感，但是事实这才是生活常态。考研在如今社会是结果导向，结果赋予过程以意义，但是如果在备考时便仅用结果来评价自己，在这场持久战之中会难以坚持下来。没有任何一种方式能够保证某某一定一战上岸，因此要学会享受过程，尽力而为。如果成功，那自然最好，但是在跋涉之中所收获的知识、形成的良好的习惯，不断突破的极限，也很珍贵，也值得赞颂。我便是抱着这样一种心态，不断从“背不完了，没学上了。”的念头之中抽身，怀揣这对结果的小小期待，继续投入 70w 字的背诵之中。

研究生考试是一场孤独修行。在我备考期间，身边有很多产生过考研念头甚至已经开始着手准备的朋友在中途放弃。考研本身就是处处充满意外，去年疫情肆虐时发着高烧在考场上答题的考生也比皆是，因此，在这场旅途之中，若产生想放弃、思考自己是否真的合适读研、感觉已经来不及的，是人之常情。考研越来越卷，三战折戟在当下好像也不再是一件稀奇事。世事总是难料，但若已经下定决心，所需要做到的一切，便是在未来回忆此时此刻时，不会懊悔。所以坚持下去，多看看脚下的路，会有好事发生。

梁钰捷

浙江大学干部教育学

申请介绍		硬性条件	
本科专业	英语	主修加权 GPA（选填）	
申请方向		所有课程 GPA（选填）	
最终去向		雅思/托福/其他	
邮箱	LYUJIE0417@163.com	四级/六级	
其他联系方式	18235942337/vx 同	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	376 /500		
考研复试成绩	75.9/100		
实习经历			
2021 中共太原迎泽区委宣传部			
2022 山西省人民政府外事办公室			

1. 个人复习的总体时间线及规划

5 月前——确定好院校和专业，搜集好资料

5-6 月——这段时间主要是背单词，当时大三下我还有一些课，所以更多的重心还是放在期末考上。

6 月底/7 月初-8 月——熟悉英语题型、出题套路+背单词+英语真题一刷

政治基础课可以看起来了每天 1-2h 就好不用太多

803 历唯的课本可以在这段时间多看两遍：主攻理解到位/最好形成简化笔记和框架

8 月——去实习了没有复习，期间有断断续续做了英语真题+整理历唯框架

9 月-12 月——重心逐渐从公共课偏移到专业课

11 月-12 月——这个期间一个重点是政治复建和突击，这个时候肖老师腿姐的题就陆续发货了，需要匀出时间做肖 1000/背腿姐的背诵手册/肖四肖八腿四/看时政等

2. 考试科目经验分享

①政治

具体时间规划

7-8 月——网课+肖秀荣知识精讲（对照复习）

8-10 月——小程序刷题巩固知识点

11-考前——做肖 1000+肖四+肖八+腿四+腿姐背诵手册

参考书籍

肖秀荣全家桶

腿四

腿姐背诵手册

网课：徐涛

其他：

政治刷题小程序（感觉可能都差不多不做推荐）

喜马拉雅 腿姐背诵手册带背

公众号：研途可期（可以后期参考博主整理的肖四+腿四糅合版的大题背诵材料）

经验/建议/教训

关于政治的复习时间安排，有两种说法，一个是前期一点不看，全靠最后一个月突击/还有一种说要给政治的时间和其他科目一样。

虽然是仁者见仁的事情，但就我的经验来看，一定不能最后突击。但是政治这个科目作为性价比不高，但是也是不能拖后腿的科目，我的建议是前期每天投入 1-2h 来学习基础知识！务必扎实（因为我前期都过了一遍，但是比较粗糙，后期会发现许多知识点或者细小的知识没有印象），中间一段时间可以将更多精力放在专业课上（因为马理论这个专业和政治有重叠之处），保持一定的小程序刷题频率就好。在偏后期 11-12 月这样要不得不抽出时间来背政治大题等。今年政治出题与往年不同，考察了一些细碎的或者比较偏的知识点，这个就不是我们能掌控的范围了，只能复习的时候尽可能广而准确地学习知识点。

②英语（或其他语种）

具体时间规划

一直背单词

6-7 月——看各个题型的网课，熟悉题型/出题套路/应试技巧+一刷

9-11 月——二刷复盘

11-考前——酌情/根据实际情况三刷 !!! 开始准备作文了，形成个人模板开始练习

参考书籍

张剑 黄皮书

网课老师：

新题型：刘琦

完形填空：易熙人

阅读：不做推荐

经验/建议/教训

其实对于外院的同学来讲英语都没啥问题。我个人情况是英语基础较弱，并且非常缺乏自信所以会拿出稍微多点的时间放在英语上（

这里我觉得提前准备好写作模板是比较重要的，因为考研初试比较应试，提前准备好一方面写作分数可以保证一个稳定的分数，使得客观题因难度变化的容错率变高，其次是考前练熟可以节省很多时间。

③803 历史唯物主义

具体时间规划

5-6 月——读第一遍熟悉内容理清逻辑

6-7 月——读第二遍- 形成简化笔记/可以多听听名家讲座

9-11 月——期间一直读加深理解，形成思维框架。并且根据真题看历年出题重点。期间可以尝试自己组织答案，不会的不理解的勤看论文。

11-考前——背+写

参考书籍

《历史唯物主义原理》肖前

《马克思主义哲学原理》肖前

经验/建议/教训

关于备考 803，我个人觉得前期理解可能会有难度，整体来说还是不难的。因为表述大部分不要求一字不差，所以重在理解，理解好的话很容易可以用自己的语言表述出来。但是里面也有

许多容易混淆的知识点，知识点也比较分散，所以需要自己去整合。2023 年的题目出的比较基础，题目理解难度不大，但也不是纯靠背就能得分的，如果加上一些平时读论文和其他书目所积累的知识，一定会更加分。个人认为除 2023 年的题目，以前的题目还是有一定难度的。

④703 毛中特

具体时间规划

11-12 月——背书

参考书籍

《毛中特》2021 版

《二十大报告》

《二十大报告学习辅导问答》

《百年决议》

经验/建议/教训

其实按往年经验，703 应该还是比较易拿高分的，从历年真题可以看出 703 出题中规中矩，不会偏难偏怪。但是由于我个人原因，基本上没有复习 703，只是考前一个月才开始背书，教训惨痛！

1.不要有侥幸心理。按往年真题看，703 只考习之后的，但是 2023 年考了习之前的。但是我一点也没复习就导致在考场上很慌只能硬着头皮写

2.做好时间规划，一定提前复习。我因为备考前的那个学期选了毛中特，觉得已经看过书了所以就掉以轻心了。事实上 703 在理解上没有难度但是正式的表达很多，这与 803 不太一样，在答题过程中要保证表述准确。

3. 其他建议

复试建议

2023 年的复试是疫情后的第一次线下复试，我搜集了之前线下和线上的复试经验帖，可以说一点也不重合。大改了，需要交流可以联系我。

2023 年的复试分为笔试和面试（英语听说+专业面试）两部分，官网没有复习范围

我的建议是多看学院老师的论文，特别是刘院长以及几位在各个研究方向具有代表性的老师的文章。还有因为学校现在已经开设了马院本科专业课，感兴趣的可以去蹭课！

心态建议

前期制定好计划一步一步完成是非常重要的，这样可以很大程度上缓解你后期的紧张感和压力。学会调整自己的心态，效率不高就去玩耍散步都是可以的。如果背书背不下去或者不想看专业书，可以看看相关题材的纪录片 or 电影也是很好的选择。

4. 考研经验总结

考研是选择+努力+运气的结果。备考期间不论结果如何，努力就好。最后不论结果如何，不留遗憾就好。考研中我最大的收获就是在这个过程中我重新找到自己，并且是心理和头脑的一次成长。

阮懿子

北外教育学

申请介绍		硬性条件	
本科专业	英语	主修加权 GPA（选填）	
申请方向	浙大教育学	所有课程 GPA（选填）	（排名刚好在中间）
最终去向	北外教育学	雅思/托福/其他	无
邮箱	1938638840@qq.com	四级/六级	专四优秀
其他联系方式	18067957622	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	360/500（政治 69+英一 82+教育学 209）		
考研复试成绩	95.2/100		

1. 个人复习的总体时间线及规划

- 3 月以前：大三上及寒假，广泛浏览信息，确定是否考研及专业学校意向，了解所考科目和范围。
- 3-6 月：大三下，在保证正常上课的前提下，利用空闲时间听专业课的网课，保持输入和吸收，对考研的内容有初步印象。
- 7-8 月：暑假，确定考研之后选择不太花费时间的实习，除专业课外，可以适当加入政治的学习。此时专业课该背书的背书，政治利用听课保持输入。
- 9-10 月：大四上，专业课进入坚持背书和适当输出阶段，政治进入选择题练习和输出阶段，英语开始每天做一些真题保持手感。
- 11-12 月：大四上，专业课在背书的同时进行模考；政治在小程序刷选择题的同时，跟着主流老师的模拟卷练习和大题背诵；英语仍然靠做题保持手感，同时准备作文模板。

2. 考试科目经验分享

①政治

具体时间规划

- 7-8 月【听课吸收】：徐涛强化班网课 + 核心考案 pdf + 肖秀荣 1000 题一刷。当时没有认真在听，主要是为了留个印象，也算是背专业课之后的消遣。
- 9-10 月【练习输出】：肖秀荣精讲精练 + 1000 题二刷。细致地纯看书，看完就写选择题。实际上二刷不会记住一刷错题的答案，不过准确率确实有上升。
- 11-12 月【大题背诵】：腿姐技巧班及资料 + 腿姐背诵手册 + 肖四肖八。听腿姐的技巧班实际上也没有很认真，而所谓技巧在 23 年也不是很好用。背诵手册看了一遍，没有拿来背。肖四肖八都刷了两遍，在最后一两个星期狠狠背肖四（实际上是大牙整理的版本，废话有删减，逻辑更通顺，b 站和公众号可搜）。当然市面上的大多数模拟卷也都做过了，也用过小程序刷题，非主流老师的模拟卷往往错误率很高，实际上应该引起重视。

参考书籍

徐涛核心考案、肖秀荣全套、腿姐背诵手册、小程序

经验/建议/教训

政治开始的时间不用很久，但是效率要有，不要像我一样心不在焉听课政治选择题。不能盲从腿姐，还是需要相信自己的直觉。大题的话问法还挺灵活的，把肖四和材料糅合一下作答，平均分应该有...所以最后是 $35+34=69$ 。

②英语（或其他语种）

具体时间规划

9-10月【做真题】：做10-18年的真题，不包括作文。当时前几份卷子的完型错误率好高，特别着急，但是没找到解决方法。

11-12月【背作文】：唐迟阅读课+19-22真题+Fiona的英语美食（b站）。听唐迟的课没有特别显著的用处，但是几个小tips挺有用的（比如留意however、独句段...）。这几年的真题是拿来模拟的，就是一口气写完全部，好的时候客观题只扣1.5分，差的时候也有十几分。Fiona的作文模板非常nice！值得英语基础相对较好的同学看看。

【背单词】：我一直有背单词的习惯，不过考研英语单词相对简单，大概就在10-11月花了一个月，用扇贝单词app每天背100个新词。其他时候是在背专八的单词。

参考书籍

黄皮书（英语真题）、扇贝单词app

经验/建议/教训

英语基础相对较好的同学可以把英语往后放放，留个手感就行。一开始错误率高真的不用焦虑，做熟了就会好很多。最后客观题应该扣了5.5左右，总分82。

③专业课程

具体时间规划

4-6月【基础了解】：基础班+教材通读+第一期带背（背框架）。第一遍背书真的很痛苦，时间也很长，也不知道自己记进去多少。凯程的基础班也很长，如果有上过教育学专业课的同学，这个基础班就快速听听，主要是为了了解考试范围。

7-8月【强化记忆】：强化班+强化班资料+第二期带背（背细节）+做习题和精选主观题。第二遍背书仍然很痛苦，甚至像教原这样的重要科目我都没什么印象，外教史的人物和法案也是根本记不下来，所以自己在带背之外又多记了几遍。强化班资料以各地区真题为主，相比基础班突然有一些拔高了，但是更贴近应试。

9-10月【真题练习】：真题班+真题班资料+第三期带背+做真题。第三遍背书就好很多了，但实际是“快速过一遍书然后合上就能背”的地步，不是“看着题目就直接能背”的状态，所以还是不能掉以轻心...真题班和强化班都讲真题，真题班会讲得更多更难一些。这个时候以背书

输入和做题输出为主，依赖听课是不大行的。

11-12 月【冲刺模拟】：冲刺班 + 热点资料 + 第四期带背 + 做模考。第四遍背书的时候仍然感觉有很多没背到，而一些太细节的内容又不想去背了，但是似乎不应该这样...这个班型对初试、复试都挺有用，也能启发答题时思考问题的角度和思路。模考我跟了三四次，今年凯程会进行批改出分，这一点还可以，但是评语这块做得不太好。不能过于相信模考，这种模考的难度和分数，和真实考试相比还是有一定差距的。

参考书籍

凯程所有资料

经验/建议/教训

机构选择：不太推荐全程跟凯程，不知道“教育学丹丹姐”的授课怎么样，但是看今年她们发的喜报里，丹丹姐辅导的有两个上岸浙大。凯程课时太多了，有点强迫症想看完，生怕漏了哪一点，但实际上应该把重心放在背书和练习上。凯程作为一个大机构，学员基础不一致，所选真题也不止 311，有些题型和方法没必要在课上讲，缺乏针对性。而且凯程有点“视读研为唯一出路”的感觉，个人不是很喜欢。

背书检验：虽然在时间线里只写了四遍背书，但实际上林林总总大概有 5-6 遍，部分细节（如法案、人物）有 7-8 遍，同时也有进行笔记整理。背书真的需要背到细节，尤其是中教史和外教史，像今年就考了贺拉斯·曼，一个比较小的点。虽然 311 有出情境题的趋势，但是今年简答题里还是有大半纯背题（只有一行题干，无法从材料中找线索），所以背书后的自我检验真的很重要！

选择题：今年主要败在专业课，专业课中又主要是选择题错太多，总共错了 13-15 个，建议一般错 6-10 个...错的这几个里，有三四个是会的但是选错了还有大部分在中教史，真的是书里也难找的知识点，考场上只能靠运气，备考的话也只能靠自己课外兴趣去探索。

3. 其他建议

复试建议

在初试考完之后，我就感觉考得不太好，所以考完之后就立刻开始留意工作的信息。从 2 月份到 4 月初调剂系统开放之前，一直在准备工作相关的事情。当时的打算是如果在毕业前没有找到合适的工作，就 gap 一年出国。因此在复试之前根本没进行系统地准备。

4.6 开放调剂系统，中午的时候突然想起来这个事，就看看几个眼熟的院校有没有调剂名额，然后三个志愿全报了北外。下午学校就打电话过来通知进入复试，就着急忙慌地准备简历和英文自我介绍，在各 app 搜“教育学热点”混个眼熟。此时初试时的知识点已经不大能够在紧张的状态下快速说出来了。

4.11 复试，也没问特别专业的问题，可能是调剂的缘故，重在看教育素养。同时问了一些私人问题（比如教育经历、高考分数等），在这种情况下浙大的背景感觉确实也挺好用的。

因此，能早点准备的话当然不是坏事，有调剂准备的话也多多留意调剂信息，往年厦大教育学会

有调剂名额的，但是今年没有，看来是越来越卷了。

心态建议

在初试的准备过程中，到九月份保研季的时候心态会有比较大的起伏，因为很多人已尘埃落定，但是考研的同学还长路漫漫。当时我是觉得在学校里感到特别压抑，所以趁着国庆假期赶紧回家逃离充满压力的世界喘口气。

初试结束之后紧急转向找工作，也要面对一次又一次的失败。此时考研的很多同学开始了一志愿的复试并成功录取，这是对心态的又一次考验。所以我重新规划了未来，有个相对清晰的目标，从而让心态稳定下来。

在调剂复试的时候，实际上不必紧张，因为调剂的生源基本上不会太好，浙本要有信心，事实证明也是如此。

4. 考研经验总结

我的经验只对【跨考文科+英语基础尚可+大三大四基本没课】的学弟学妹可能有所帮助，其中有很多雷，可以引以为戒。

5. 一些题外话~

山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村。

宋泊萱

浙江大学社会工作硕士

申请介绍		硬性条件	
本科专业	德语	主修加权 GPA（选填）	
申请方向		所有课程 GPA（选填）	
最终去向	社会工作	雅思/托福/其他	
邮箱	songboxuana@163.com	四级/六级	593/557
其他联系方式	17799855062（电话）	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	428/500		
考研复试成绩	86.91/100		
荣誉奖项			
吉林省三好学生、浙江省笔译大赛德译中组二等奖			
科研、论文及交换经历			
慕尼黑大学空中课堂			
实习经历			
三川汇文化传媒有限公司编辑作者、海康威视校园大使、ZSCP Team 运营助理			

1. 个人复习的总体时间线及规划

我的备考时间比较短，22 年三月多决定考浙大社工，开始背单词和阅读专业课书籍，因为课程较多，所以暂时没有其他学习内容。一直到七月下旬进入暑假有较多时间可以备战考研，八月开始每天有计划地备考。

八月-九月每天学习时间不太固定，一般 5-7 小时，学习内容主要是每日背单词、专业课书籍阅读及做笔记、英语真题练习、政治精讲精练学习。

九月到十月每天能保证 7 小时以上的学习，每天规划出来英语真题练习、英语作文练习、专业课书籍背诵、专业真题练习、政治错题重做及冲刺背诵手册学习，睡前及午饭时间或其他空余时间会留出来背英语单词。

考研最后两个月在以上基础上增加了专业课真题训练或模拟题训练的内容，肖八及肖四出版后将精讲精练学习替换为选择题练习或大题背诵。

2. 考试科目经验分享

①政治（81 分，客观 43，主观 38）

我高中是文科生，有一定的政治底子，所以政治开始比较晚，大概在七月初买了肖秀荣精讲精练和一千题，根据精讲精练学知识，再用一千题配套练习。第一遍做得比较慢，每天给政治的时间不多，所以差不多九月才做完第一遍，并且记录下来错题的题号。紧接着开始第二遍学习，第二遍我主要以做错题为主，把错题重新做了一遍，按照错题看一遍知识点，再记录一下又错一次的题。

十月初腿姐的冲刺背诵手册出版了，这本比较简洁，后期是看这本来复习的，但是配套的题我

还是重新做了一千题中的错题。

在肖八和腿四出来以后做选择题，不求快，每天一套，错题记录下来，第二天再做前一天的错题，这些套题大概做了五六遍，把知识点都搞明白最好。在肖四出来之前我还做了近五年的政治真题，时政没有做，其他题做了两三遍来寻找题感。

肖四出来后主攻肖四大题，每天刷两三套市面上的徐涛、腿姐、肖秀荣还有一些其他老师的选择题，在考前几乎各种模拟卷的选择题都做过四遍以上。

马原我背了冲刺背诵手册上的二三十个原理，对我来讲是足够用的，答题时候套用原理和我高中政治相似，所以没有单独练习，导致了今年哲学关于联系的原理我用错了，应该在马原上扣了不少分，所以建议备考中马原大题也是要背诵练习的。肖四大题除马原以外每一道我都背诵了三次以上，第一套第二套默写了一遍，背诵时候我选择了B站的苏一老师，他把肖四的答案整理出框架，这样背诵的内容较少并且有条理。写题时候我是按照腿姐点默析的形式来写，所以比较流畅。

②英语（或其他语种）

我的英语基础比较差，浙大社工是考英一的，今年获得了76分，还算满意的成绩。但是我的英语备考经验并不适合基础很好的同学，所以学弟学妹可以选择性观看。

英语想学透要先背单词，我是从三四月开始背单词，最开始选择了十天搞定考研词汇这本书，但是纸质书不太方便，所以八月开始用扇贝单词，每天200新词复习六百个，到后期学完就是每天复习六百个单词，坚持到了考研前最后一天。

其次是做真题。英语真题是非常宝贵的，模拟题作用不大，真题做过了还会留下印象，所以第一遍做真题的时间和效率都要把控好。我个人建议单词至少背过一遍后再开始做真题，减少一些不必要的错误。我是八月开始做近二十年的真题，第一遍做每两天做完一套真题，第一天完成阅读部分，每篇阅读保证在15-20分钟完成。第二天做完型、新题型、翻译部分，用时最多不能超过一个小时。第二遍以后可以加快速度，比如一天一套，也可以继续保持这个速度，保质保量做题。二十年的真题做了大概五遍，我不建议细究每个单词的意思，主要是看语境来猜测生僻词。

第三点是作文部分，我觉得在专业课学习中很累的时候写一篇作文练字是很好的放松方法。我从王江涛老师的作文书里自己整理出来了可用的大作文模板和小作文话术，然后大作文和小作文轮换着每天一篇练字，一定要用考研英语作文纸来写，考研确定字的大小，作文我大概写了两厘米厚的正反面一打，真的很解压！值得一试！

考研英语我没有跟着网课学，以自己做题和背单词为主，新题型可以归类练习，拿出时间专门练习某一类型，逐个攻关。

③专业课程（社会工作原理&社会工作实务）

浙大四本专业书在我看来社会工作导论和社会工作实务中级两本在考题中分值较大，所以可以重点学习这两本书，时间分配上多给这两本书时间。当代中国政府与政治和社会政策导论可以放在

最后的时间来学习，这样学习一遍或两遍也能有较深印象。

我是跨专业考生，在决定备考社会工作之前我对于这个专业是完全不了解的。浙大社会工作有四本专业书，考题非常细，要对参考书有较深的理解掌握，边边角角的知识点都要注意到，所以我最初在 B 站找了一些视频看，再对照浙大近三年真题，找到一些划重点的规律。由于时间比较少，所以看书做笔记大概到八月多才完成。

九月初开始有规划地背书，每天保持一章社会工作导论或者两章社会工作实务中级。实务中级比导论好背，从儿童社会工作的章节开始，每章的内容框架都是相似的，都是某类群体的需求和问题、某种社会工作的特点和内容、某种社会工作的方法这三个部分，方法之间还会有相通之处。社会工作导论对我来说比较难背，因为有的章节很难懂，有的章节非常细碎，比如九惠之教的名词解释背了好多遍，所以我背诵导论时候会先整理出框架，背完框架再背更精细的内容，同时要不断默写，写不下了就多读几次，尽量理解透彻后再背。

浙大的另外两本专业书是当代中国政府与政治和社会政策导论，这两本我投入的时间很少，在考前最后一个月才打开看。当代这本书是四本书里最薄的，也是最像政治的，关于国家各个机构和职能的介绍很符合我的兴趣，可以当成课外读物来一天看两章，再做笔记。我当时整理了浙大换了参考书后这三年在当代这本书出的题，发现有些章节是没有出过题的，看起来和社会工作关联性也不太强，就排除掉了，比如军事系统。其他章节可以根据自己对前两本书的学习寻找关联，压重点，考前多看几次自己压的问题。社会政策导论这本书对我来说比较难懂，涉及的内容和社会工作相关性很强，但是知识量太庞大，涉及的政治历史因素又很复杂，所以我看了一遍以后印象也不深。不过政策导论的好处在于可以拓展知识面，在这本书里有很多国外社会政策的内容，可以联系导论中的相关知识点，比如伊丽莎白济贫法案的背景、修正案的内容、法案的优缺点等，所以看完社会政策导论可以让答题思路更活泛。

导论和实务中级背完两遍以后就可以开始做题了，我把浙大近三年真题中的名词解释和简答做了一遍查缺补漏。原理的论述和实务的论述、方案设计部分我是跟着 B 站的案例课程学习的，比较符合做题阶段的需要。尤其是浙大这几年实务最后一题一直是方案设计，所以整理出自己使用的方案设计模板是很有必要的。同时也可以购买一些模拟题，模拟题中的案例分析也需要做，对于系统答题方法有比较大的帮助。

总之我觉得社会工作专业课必须靠大量的练习才可以得高分，在练习中也应该有时间观念，社工的题量和字数要求比较大，必须在三个小时内争取写完和写满。平时练习我是用 A3 纸 12 页的，三小时刚刚好写完。今年浙大考试时候用的是 B4 纸，并且每道题给的答题区域很小，原理应该只有八页纸，所以考场上很轻松，写完还有半小时剩余，可见平时的掐时间练习是很重要的。

3. 其他建议

考研虽然是一个长期的战斗，但是过长的考研战线一定会给人拖垮，所以我更倾向于考研是一个中长跑，能够专注学习半年的时间一定是足够的。在考研过程中一定要注意不能贪多，每天学习时间

需要充分但是不能影响到正常休息，适当可以给自己放假，比如我会每周周六给自己放一天或者大半天假睡个好觉。还有一点就是保持乐观，我的备考期间保持好心情是靠美食和每天跟家人打电话实现的，相信每个人都有自己放松心情的方法，不要把自己时刻逼成紧绷的弦，安心备考一定可以上岸！相信自己！

4. 一些题外话~

我想，每个人都会像我一样，带着天之骄子的身份走进象牙塔，憧憬着无限可能。但并非每个人都像我一样，大话无竟，行动有止。“我深怕自己本非美玉，故而不敢加以刻苦雕琢，却又半信自己是块美玉，故又不肯庸庸碌碌，与瓦砾为伍。”斯人之语，岂非我辈人生。

很感谢人的矛盾性，我不甘心。不甘心在学业上彻底沉沦，也不甘心我的人生止步于此，我想完成深造的梦想，也想去看看更多可能性的人生。所以在躺平了两年后，在大三才真正意义上开始了我在本科阶段的努力。大学生活在第三年开始，变得忙碌又轻松，我不再有虚度光阴的愧疚，无论结果如何也可以坦然面对，没有自怨自艾与后悔。尽管还是会在心力交瘁的夜晚在无人角落哭泣，但我知道，太阳照常升起，我的人生永远充满意义。

所以，我希望我的分享可以唤起你的不甘心、你的期待、你的骄傲，世情万变，但耕耘者终得硕果。

谢煜璐

德语语言文学硕士

申请介绍		硬性条件	
本科专业	德语	主修加权 GPA（选填）	
申请方向	德语文学	所有课程 GPA（选填）	
最终去向	浙江大学德语专业	雅思/托福/其他	无
邮箱	ylxie2023@163.com	四级/六级	六级 578
其他联系方式	微信 XxxHhhYyyLll	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	398/500		
考研复试成绩	84.4/100		

1. 个人复习的总体时间线及规划

	5月—6月	7月—8月	9月—10月	11月—12月
德语语言文学	第一遍读 《德国文学史》	第二遍读 《德国文学史》 整理笔记	不断复习《德国文学史》笔记 分析《文学与认识》中的例子 其他资料 9月开始学习《德语语言学教程》	
翻译与写作	《Einblick》 词汇部分	《德汉翻译教程》	《实用德汉翻译教程》 《同传捷径》 10月中开始每周写 1-2 篇作文	
政治		《精讲精练》 《1000 题》一刷 8月中开始看网课 基础课程	网课基础课程+《优题库》 《1000 题》二刷三刷 网课技巧班 各种模拟卷	肖四肖八 时政资料 各大博主的资料
英语		8月开始写 英语一真题	《专四 1000 题》 英语一真题	英语一真题 背作文

2. 考试科目经验分享

①政治

参考书籍

1. 基础部分

《精讲精练》《1000 题》肖秀荣——政治备考的基础

网课基础课程（徐涛/陆寓丰）——可挑选部分观看，通过观看网课来加深对于知识的理解，便于记忆

《优题库》——挑选需要强化的部分练习

2. 提升部分

网课技巧班（陆寓丰）——可挑选讲解选择题常见技巧和陷阱的部分观看

模拟题：肖秀荣、徐涛、陆寓丰、米鹏等各个政治老师的模拟题——资料可从小程序苍盾考研

/公众号/知乎等渠道搜集

公众号（利之学姐...）、B 站（...）——利用各大博主的总结资料提高学习效率

3. 背诵部分

《冲刺背诵手册》陆寓丰——用于选择题背诵

肖八肖四（B 站：苏一说了）——用于主观题背诵，可利用 B 站带背博主的视频背诵

徐涛考前预测 20 题——时间允许的情况下可作为补充资料学习

经验/建议/教训

重点关注选择题的正确率，在基础掌握牢固却无法提高正确率时，参考各大政治老师的技巧课程。

②英语（或其他语种）

参考书籍

题目：英语一真题（2001-2023）

词汇：考研单词——英语阅读的基础

阅读技巧：唐迟《阅读的逻辑》《考上的逻辑》

单选：《专四语法与词汇 1000 题》——这本习题的难度比考试真题的难度较高，无需特别在意练习的正确率，若正确率太低可重复练习以加强记忆

作文：王江涛《考研英语高分写作》——在最后 1-2 个月直接背诵其中的作文

经验/建议/教训

英语为自主命题，比英语一稍简单，可依据英语一备考。

题型：阅读+单选（语法辨析+词汇辨析）+作文*1

③德语语言与文学

参考书籍

1. 语言学

考察内容：基础知识（z.B. Fremdsprache 和 Zweitsprache 的区别）

复习资料：

《德语语言学教程》王京平、平时的课堂笔记和课件

2. 文学

考察内容：诗歌阐释和文段阐释

复习资料：

《德国文学史》——备考基础

《文学与认识》——重点关注书中的 Beispiel，并在网上学习相关阐释

慕课、《现代德语文学流派》课件、平时文学类课程的笔记和课件——用于加深理解

经验/建议/教训

语言学部分的考察较为简单，重点关注对诗歌和文段的阐释能力

④德语翻译与写作

参考书籍

1. 翻译：

《德汉翻译教程》张崇智——练习偏书面文本

《实用德汉翻译教程》桂乾元——练习文本体裁全面——

《同传捷径—德语高级口译技能训练与实战演练教程》黄雪媛——练习偏生活化且讲解详细

2. 写作：

参考专八作文及范文，作文练习需找人修改

经验/建议/教训

考察内容：中译德、德译中、作文*1

2. 其他建议

复试建议

除初试的复习范围外，还需了解德国的历史和跨文化交际等内容。

心态建议

(1) 按照自己的计划完成学习任务，尽量不要和他人比较。

(2) 始终坚信自己一定可以考上，并持之以恒地付出努力。

3. 考研经验总结

(1) 做好时间规划，留出足够的试错时间。

(2) 注重信息搜集，从社交媒体、人脉资源等多方面搜集考研信息。

(3) 注重每日的复盘总结，不断改进自己的学习方法。

张鲜凯

北京大学西班牙语语言文学专业

申请介绍		硬性条件	
本科专业	西班牙语	主修加权 GPA（选填）	4.24
申请方向	北京大学西班牙语语言文学	所有课程 GPA（选填）	4.26
最终去向	北京大学西班牙语语言文学	雅思/托福/其他	Siele B2
邮箱	1070879291@qq.com	四级/六级	六级 606
其他联系方式	19817970053	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	374/500		
考研复试成绩	88/100		
荣誉奖项			
2021-2022 浙江大学校级优秀毕业生；校级三等奖学金；公益服务标兵、创新创业标兵			
2020-2021 省级社会实践优秀个人；校级社会实践优秀个人；公益服务标兵；			
2019-2020 社会工作标兵			
科研、论文及交换经历			
2021-2022 主持校级科研训练项目“基于标记理论的西班牙语性别歧视词汇定量研究”并以第一作者完成待发表论文 <i>Quantitative Study of Spanish Sexist Vocabulary Based on Markedness Theory</i> 。			
实践经历			
2021-2022 浙江大学（学生）中国特色社会主义理论体系研究会副会长			

1. 个人复习的总体时间线及规划

时间	规划
2022 年 2 月	1. 确定报考院校 2. 收集参考资料和相关信息 3. 制定基本复习方向
2022 年 3 月-6 月	1. 阅读文学课参考书目 2. 选读名家名作 3. 做英语真题、背单词
2022 年 7 月-8 月	1. 阅读参考书目（强度加大） 2. 做英语真题一轮、背单词 3. 政治一千题、精讲精练一轮
2022 年 9 月	1. 古代文学、现当代文学听课、背一轮 2. 西班牙文学、拉美文学史背一轮 3. 英语真题二轮 4. 政治历年真题一轮
2022 年 10 月	1. 古代文学、现当代文学、世界文学继续一轮 2. 现代汉语整理二轮 3. 英语写作 4. 政治模拟题一轮
2022 年 11 月	1. 大综合各科目二轮 2. 看西语论文、文学史三轮

	3. 英语写作、真题三轮 4. 政治模拟题二轮、腿姐背诵册子一轮
2022 年 12 月	1. 大综合各科目二轮，结合真题背诵 2. 看西语论文 3. 背英语写作模板 4. 政治肖四肖八、腿姐背诵册子二轮

2. 考试科目经验分享

①政治

时间	规划	书籍
2022 年 7 月、8 月	肖秀荣一千题 徐涛考研政治核心考案马原+毛中特部分	肖秀荣一千题
		徐涛核心考案
2022 年 9 月	一千题刷完 核心考案毛中特+思修部分	肖秀荣一千题
		徐涛核心考案
2022 年 10 月	冲刺手册 1/2	腿姐冲刺手册
2022 年 11 月	冲刺手册背完 时政小册子背完 肖八、腿四、涛六刷题	腿姐冲刺手册
		肖秀荣形势与政策
		肖八、腿四、涛六模拟题
2022 年 12 月	肖四、肖八二刷、主观题背诵	肖四、肖八

参考书籍【按照出版时间先后排列】

- [1] 肖秀荣. 1000 题
- [2] 徐涛. 考研政治核心考案
- [3] 陆寓丰. 冲刺背诵手册
- [4] 肖秀荣. 形势与政策以及当代世界经济与政治
- [5] 肖秀荣. 冲刺八套卷
- [6] 陆寓丰. 冲刺预测 4 套卷（不用买实体书，小程序上刷选择题即可）
- [7] 徐涛. 考研政治 6 套卷（不用买实体书，小程序上刷选择题即可）
- [8] 肖秀荣. 终极预测四套卷
- [9] 推荐小程序刷选择题：苍盾考研

经验/建议/教训

我的政治是 72 分，选择题 39 分，大题 33 分。今年的选择题普遍反映题出得比较怪，我认为这是因为考察的知识点较以往更细了，或许以后备考的时候要更加注意细节。

②英语

具体时间规划

时间	规划	书籍
2022 年 7 月、8 月	墨墨背单词 10-19 年真题一刷	考研英语黄皮书 单词红宝书
2022 年 9 月	墨墨背单词 10-19 年真题二刷 2010 作文真题	考研英语黄皮书 单词红宝书
2022 年 10 月	墨墨背单词 真题二刷 08、09、13-18、19-22	考研英语黄皮书
2022 年 11 月	墨墨背单词 作文整理模板	考研英语黄皮书 王江涛作文
2022 年 12 月	墨墨背单词 作文模板	王江涛作文

参考书籍

- [1] 考研英语一历年真题（世图版）（也可以不买，网上有电子版）
- [2] 红宝书考研英语词汇（也可以不买，网上有电子版）
- [3] 王江涛. 考研英语高分写作

推荐后期买答题卡练习写作

经验/建议/教训

英语 78 分，阅读错了 6 个，作文大概扣了 8 分。一点教训就是背单词千万不要抱有侥幸心理，因为我当时背的时候没有看英文回想中文这一环节，导致我以为自己会了其实没会。备考的你们千万不要像我这样，单词是基础！

③综合考试

具体时间规划

时间	规划
2022 年 7 月、8 月	中国文学史一轮 世界文学史二轮 现代汉语 4/5 古代汉语第一册
2022 年 9 月	现代汉语学完，第一章背 1/2 古代汉语第二册 U7 古代文学史背一轮 世界文学史背一轮
2022 年 10 月	现代文学背一轮 7/29 古代文学背一轮 22/62 现代汉语背一轮 1/2 古代汉语第三册开头 世界文学：背到 19 世纪现实主义

2022 年 11 月	现代汉语一轮完 古代汉语通论复习 古代文学背一轮完 现代文学背一轮完 世界文学真题
2022 年 12 月	真题整理背诵

参考书籍

- [1] 王力.古代汉语（4 册）.中华书局
- [2] 马景仑, 董志翘.古代汉语同步辅导与练习（2 册）.中华书局
（董志翘老师在 b 站有古代汉语的视频，可以按需观看）
- [3] 黄伯荣, 廖序东.现代汉语（第六版）（2 册）.高等教育出版社
（b 站上有讲解视频，按需观看）
- [4] 夏耕.现代汉语同步辅导与习题集.西北工业大学出版社（按需选择）
- [5] 袁行霈.中国文学史（四卷）.高等教育出版社
- [6] 钱理群.中国现代文学三十年.北京大学出版社（b 站上有讲座视频，按需观看）
- [7] 温儒敏.《中国现代文学三十年》学习指导.北京大学出版社（按需选择）
- [8] 李明滨.世界文学简史.北京大学出版社（这本书重点突出）
- [9] 郑克鲁, 蒋承勇.外国文学史（2 册）.高等教育出版社
（这套书讲解更细，与上一本二选一即可）
- [10] 王海青.外国文学史同步辅导与学习集.云南人民出版社（按需选择）
- [11] 胡经之.西方文艺理论名著教程（2 册）.北京大学出版社（按需选择）
- [12] 董学文.西方文学理论史.北京大学出版社（按需选择）

其他名家名作自行选读

经验/建议/教训

北大外院的综合考试共分为 3 个部分：古代汉语、现代汉语，中国古代文学、现代文学，世界文学，每个部分各 50 分。文末附参考书目。

综合考试的一个难点是考察范围广。出的题不一定在参考书目上，但是这样的题不多，大部分还是在范围内。题型可能会有变化，比如 2023 年古代汉语、现代汉语部分的改病句、现代文赏析变更成了论述题。而且论述题部分常常需要就某个作家的作品进行深度解读，这也需要前期有一定的阅读量，因为在考研过程中可能没有那么多时间进行原作研读。以下将结合题型对各个部分的学习要点进行介绍。

1 古代汉语、现代汉语部分

这一部分的基本题型为选择题（5 题），名词解释（7 选 5）。2023 年有变化的题型为古文翻译，新增一问分析并解释篇章中与现代汉语有差别的地方，另新增论述题（2 选 1）。

选择题和名词解释一般较为常规，只要熟读参考书目，对汉语发展史有基本了解即可。名词解释需要关注书中的重点概念，如普通话、入声、通假等。古文翻译选取的通常是《古代汉语》（王力版）前两册中的篇目，所以备考时要尽量做到熟读，弄懂每个字词的用法和含义。

论述题所出的问题也比较常规，难点是形成答题的逻辑和思路。这要求在备考过程中对某一语言现象有较为系统的认识，如2023年要求从语法、词汇角度说明现代汉语的特点。写出一两点回答不难，难的是如何答完整，所以强烈建议整理书中成块的知识点，如汉语词汇的产生和发展、现代汉语的特点等等。

2 中国古代文学、现代文学部分

这一部分的题型较为稳定，基本是选择题、名词解释（5选3）、诗歌鉴赏（2选1）、论述题（2选1）。古代文学占比较大。

选择题和名词解释考的基本也都是常识，不会有特别刁钻的题。正常读文学史，了解文学现象，熟知名家名作即可。诗歌鉴赏大多为古代诗歌，词考的比较多。不规定鉴赏角度，言之成理就行。我当时备考没有特别准备这一方面，因为实在很难准备。但是由于选的都是名家的名篇，所以只要平时稍加留心，答得也不会太差。

论述题理想分布是一道古代文学、一道现代文学，但是也不一定。如有一年就考到了莫言。不过也不需要太过担心超纲，基本还是在范围内。论述题也不会很偏，如2023年考的是庄子散文的特点和文学史地位、曹禺戏剧的特点。可以看到，基本上考察的都是文学大家的代表文学体裁。所以在备考时要着重关注文学史上单独成篇的作家，对他们的代表作品有一定了解，最好能够阅读。

3 世界文学部分

这部分题型与中国文学相似，也是选择题、名词解释（5选3）、赏析题（2选1）、论述题（2选1）。选择题和名词解释不加赘述，只要读文学史就行了。赏析题选的也是诗歌，偶尔会有散文。2023年考的有《神曲》片段的赏析，但是其实很难从语言上对其进行赏析，因为给的是翻译过来的中文，所以我选择从内容角度对其隐喻特色进行赏析。

论述题的话，莎翁、陀思妥耶夫斯基、托尔斯泰是大头，一定一定要读作品！这几年亚非文学也有所考察，尤其要注意诺贝尔文学奖获得者，比如索因卡。另一道题基本上是文学交流，2023年考的中印文学交流，这个题之前也考过，可以关注一下。

其实第二部分和第三部分出现之前原题的概率还是蛮大的，要多关注往年考察频率比较高的作家和名词解释。因为文学史上有卓越地位的就那么几个，不可能略过他们，北大中正的学风不会为了考倒考生而出题，更多还是考察文学素养，所以备考的时候一定要关注文学大家。

④西班牙语语言文学
具体时间规划

时间	规划
2022 年 7 月、8 月	西班牙文学史一轮 拉美文学史一轮 C1 preparación 5/6
2022 年 9 月	黄金世纪 2/3 西班牙文学史二轮
2022 年 10 月	20 世纪西班牙小说 1/2 20 世纪西班牙诗歌导论 1/2
2022 年 11 月	20 世纪西班牙小说完 20 世纪西班牙诗歌导论完
2022 年 12 月	笔记背诵、真题整理背诵

参考书籍

- [1] 沈石岩.西班牙文学史.北京大学出版社
 - [2] 陈众议.西班牙文学：黄金世纪研究.译林出版社
 - [3] 赵振江.西班牙与西班牙语美洲诗歌导论.北京大学出版社
 - [4] 王军.二十世纪西班牙小说.北京大学出版社
 - [5] 赵德明，赵振江.拉丁美洲文学史.北京大学出版社
 - [6] 赵德明.20 世纪拉丁美洲小说.云南人民出版社
 - [7] 李德恩.拉美文学流派与文化.上海外语教育出版社
 - [8] 索萨.拉丁美洲思想史述略.云南人民出版社（按需选择）
 - [9] 刘永信、董燕生等.西班牙文学选读.外语教学与研究出版社
（西语版，可以了解一些西语的表达，按需选择）
 - [10] 郑书九、常世儒.拉丁美洲文学选读.外语教学与研究出版社。（同上）
- 其他名家名作自行选读

经验/建议/教训

这个科目我的分数不高，只能做简单的介绍，不构成建议。

试卷分为两个部分，前 75 分是西班牙语语言能力的考察，题型是完型填空、动词变位、阅读（选所指、句子同义替换等）、翻译（中翻西）。因为大四上西语专业有专八课，所以可以跟着专八一起准备，阅读篇目难度不大。翻译主要偏政治文化方面，如 2023 年翻人类文明多样性。

后 75 分是西语文学，大致有 4 道题，分数分布是 15, 20, 15, 20。这部分很难准备，因为题型在变化，答题的语言每年也有变化。如 2023 年的四道题：

- 1) 举例拉美先锋派的一个流派，简述其特点。
- 2) 如何理解贝克尔“诗歌就是你”。
- 3) 结合某部西语文学作品理解“戏仿”概念。

4) (en español) Explicar un ejemplo de las innovaciones literarias técnicas en el boom latinoamericano.

备考过程中首先要对西班牙文学史、拉美文学史有基本的概念，对其中的名家名作了如指掌。其次，题目出的不偏，但是可以考察到很深，所以还是一定要阅读原作，多看论文。

3. 其他建议

复试建议

复试中西语口语是重中之重，一定要好好准备。过程中要真诚、自信、谦逊，展现出自己的专业素养。不是一定要联系导师。几个关键时间点：

1. 放寒假：在家好好写毕业论文，复试材料要交的。别跟我一样临时赶 orz。
2. 出初试成绩（2月下旬）：北大会公布排名，对比去年的分数线觉得自己有希望上的，可以开始准备了，英语口语和西语口语练起来。毕业论文没写完的抓紧写。
3. 出院校线（3月中旬）：其实这个问题不大，之前在准备的话就一直准备就行了，如果没过可以看看其他学校。
4. 出复试名单（3月中下旬）：基本上一周后就复试了。
5. 复试（3月下旬）：2023 年是线下复试，要求提前一天到北大报到。春天的北大还是很美的，可以在校园里逛逛。
6. 调剂（4月上旬）

心态建议

关于心态的问题，我确实有过比较崩溃的时候。

一次是在暑假，在学校备考的时候。当时已经确定自己不能保研，所以选择就是考研、就业、考公这三个。因为定的目标比较高，所以一直都不敢做肯定的保证，家里人也一直在催我参加秋招、报选调。我当时也比较动摇，一方面是考研不一定能考上，就算考上了也不一定真的能顺利地找到自己想要的工作，另一方面是受到当时普遍焦虑的气氛影响。因此8月就处于非常迷茫的阶段，不知道自己的未来要往哪里，也不知道自己究竟适合做什么。还好当时朋友的话点醒了我：不需要考虑某一个选择是不是最优解，先选择一个走下去，因为会有很多不确定因素介入，不如跟着感觉走，比如兴趣，比如“想”做什么。听了这番话之后，我决定专心考研，不参与秋招或其他，因为以我的资质来说，准备一个就够呛了。虽然中间也会有一些摇摆的时候，但都没有强烈到要彻底放弃考研的程度。

另一次就是在11月，当时觉得自己准备得很不充分，尤其是了解到有研友准备了将近一年，而我只是半路出家，加上家里又在催我报选调，所以两边的压力一下子压下来心态就不太稳定。但好在当时已经11月了，再怎么觉得自己不行也只能硬着头皮走下去。而且我不是一个喜欢后悔的人，对我来说过去的就过去了，我不会去懊悔为什么过去没有这样选。因为在我看来，每一个选择都有它当下的意义，无论它在未来是好是坏，一定是当前最合适的选择。总而言之，这场崩溃影响不大，就是消沉了几天。另外有个建议，决定还是要自己做，别人七嘴八舌的建议真的很容易扰乱心神，虽然他

们是为了你好。

关于焦虑的话，我会刻意屏蔽别人关于自己复习程度的讨论，关闭朋友圈。只专心考研，每天都能感受到自己的进步，那还有什么可焦虑的呢？焦虑的时候试着动起来吧，一旦开始做事，这种情绪就会缓解很多。

4. 考研经验总结

总体来说，我的备考过程不算特别紧张，一天还是保持了8小时左右的睡眠（晚上12点左右睡、早上7点半左右起，午睡半小时），中间还间歇性摆烂。暑假期间是我备考效率最高的时候，因为没有什么杂事，朋友们都回家了，每天泡图书馆看看书，日子很快乐。9月开学之后因为要上课，还有毕业论文的开题，所以会占用一部分备考时间，时间安排会有些打乱节奏。因为我认为时间的安排需要结合个人的作息和精力进行规划，不能一概而论，有的人睡4-5小时照样精力充沛，有的人就会一天打不起精神，学习效率大打折扣，所以这块说的比较简略，想要重点谈谈的是需要注意的地方。

1) 绘事后素

由于文学研究的是人类的心灵、社会，文学作品的对象更关涉到人类生活的方方面面，所以不能仅仅将视野局限在文学这个领域，而是要有广阔的学科视野，对其他学科的知识有所了解。

在备考前期，我看参考书看得很慢，一方面是因为记笔记比较慢，看得比较细致，另一方面是因为穿插了其他书的阅读。比如当时我在上拉美文学课，需要每周阅读一定量的原文和文学作品，所以读了加西亚·马尔克斯、科塔萨尔、胡安·鲁尔福等拉美和西班牙的一些文学作品。在暑假读了女性主义和语言学研究的一些作品。还有一些乱七八糟的讲座视频和电影。备考之前我对哲学也比较感兴趣，所以看文艺理论和文学史上的时代背景的时候就会比较熟悉。

总结一下，备考时要“出乎其外”，不能太过局限。但是也要注意合理规划时间，参考书都是领域内的经典之作，一定要看完的，不能顾此失彼。

2) 劳逸结合

在备考期间，我会在一天学习结束之后回寝室稍微锻炼半小时到一小时，偶尔去操场跑跑步放松一下。这个作息暑假比较规律，开学后事情一多就有点顾不过来。推荐备考的时候每天抽半小时运动一下，舒展肌肉，放松身心。而且科学研究表明，每天沐浴户外光2-3小时可以有效改善近视，获得足够的多巴胺和维生素D。

备考的时候我最大的敌人就是b站，各种视频一个接一个停不下来。经过两天的观察，我发现凭借自己的意志力实在无法战胜，只能采取强制措施卸载b站。然而我会在网络上搜（我恨！），所以又用forest锁机，每天打卡自己没玩b站获得成就感，才好了一点点。如果你也有这样的问题，推荐试试以上的方法。不过也不用有负罪感，看一点点视频没关系的，只要自己能控制就好。

3) 有的放矢

如前文所言，文学无法短时间速成，需要长时间的浸淫和体会，这一方面可以作为备考时焦虑的缓冲，另一方面也会成为焦虑的来源。众所周知，古今中外文学名著汗牛充栋，更别提与之相关的论

著，以考试为导向更是会在其中晕头转向，不知如何下手。所以，与其想着穷尽式阅读，不如做深入的、联想式的阅读，尤其在后期，要有意识寻找不同作品之间的共通点，以文学理论为脉络将之串联起来。

同时，文学所关注的问题始终是人，关注人的处境，无论是从人与自然、与他人、人的心灵、人的创造等着手切入。所以阅读时需要找出作者要探讨的问题是什么，同一时期的作者往往关注的问题大致相似，可以简单地做个归纳，也有利于在答题时产生联想。特别推荐阅读每一本书的前言、序言、译后记（如果有的话），也许能有一些帮助。

4) 一些题外话~

“路虽弥，不行不至；事虽小，不做不成”，希望大家都能学有所成，走出考研的曲折洞穴，再看见那灿烂的群星。

张馨月

中国政法大学法律（非法学）专业

申请介绍		硬性条件	
本科专业	俄语	主修加权 GPA（选填）	
申请方向	法律（非法学）	所有课程 GPA（选填）	
最终去向	法律（非法学）	雅思/托福/其他	无
邮箱	1512617046@qq.com	四级/六级	CET4
其他联系方式	17318248337	是否在保研线内	否
考研情况			
考研初试成绩	388/500		
考研复试成绩	82.1/100		

1. 个人复习的总体时间线及规划

6 月底：完成众合精讲课一轮（下同）

7-8 月：23 年背诵宝典一轮

9-11 月：24 年背诵宝典一轮

12 月：主观题技巧课、串讲、冲刺班

2. 考试科目经验分享

①政治

具体时间规划

7-8 月：徐涛精讲课+肖秀荣 1000 题

9-11 月：腿姐知识清单带背+肖八肖四客观题

12 月：肖四主观题+时政热点

参考书籍

徐涛核心考案、腿姐知识清单、肖秀荣 1000 题+肖八肖四

经验/建议/教训

我的政治只有 61 分，刚过单科线，大家不要学我 11 月才把 1000 题做完，考试前一晚才把肖四背完（虽然政治相比于专业课还是没那么重要）。客观题就是需要积累，一两个月的时间是不能保证拿到 35 分以上的，如果你想考北京，还是要从暑假起准备政治。

②俄语（或其他语种）

具体时间规划

7-8 月：针对性地学习薄弱板块（单词/语法）

9-11 月：做真题+积累作文素材

12 月：整理完型高频考点+作文

参考书籍

大学俄语 1-6

经验/建议/教训

俄语 202 和专四难度大致相当，不考听力口语，只要你是俄专生基本上没有太大困难，比选择英语来说优势很大。我没有在俄语上花太多时间，更多的是在 6-12 月基本上每天练习俄语口语，习惯性看大量俄语文章，到考场上自然而然就看得懂阅读，作文没有准备模板也写的很快，而且多练口语也可以让你在复试期间提高效率。

③专业课程

具体时间规划

6 月底：完成众合精讲课一轮（下同）

7-8 月：23 年背诵宝典一轮

9-11 月：24 年背诵宝典一轮

12 月：主观题技巧课、串讲、冲刺班

参考书籍

24 年一本通+真题解读

23 年背诵宝典

24 年背诵宝典

11-12 月众合 b 站主观题技巧班、冲刺班、串讲讲义（免费）；各机构发布的简答题归纳、押题（作为背诵清单）

经验/建议/教训

这方面我就有太多想说了，首先先打消一些大家心中的焦虑吧：

1. 不需要每天学 12 个小时

经验贴里让你学 12 个小时是因为博主不敢打包票“其实学 7,8 个小时就足够了”，但你做不做到，才是问题。因为前期我没开始学政治，也不需要花太多时间在俄语上（练口语算在娱乐时间里），加上太久没有进入学习状态，我很难一下子在 2-3 个小时里集中精力，所以我总是学 1-2 个小时就罢工，必须玩半个小时，一天下来最多有 4-5 个小时在学习都算不错的，到后期时间也基本在 6-7 个小时。对我个人来说，不需要一板一眼地按照博主给的时间表学，可以列好一天需要学完的任务，时间自由安排，像我一样是夜猫子也可以以夜间战场为主。

2. 不需要背诵 8-9 遍/把每个字都背下来

背诵是我在备考过程中最感到焦虑的部分，很多人都说法硕需要全面背诵，而背法条（特别是民法）的实际过程又很煎熬，往往需要重复多次，导致法硕备考的战线不得不拉得很长，甚至在考试前一天，我带着低烧看着民法背诵宝典，却一个字都记不住，绝望得差点想弃考。我想很多人包括我，对背诵的恐惧来自于简答题，害怕到了考场再面临“宋朝监察制度”的场面，也

会在实际背书的过程中感到排斥，但事实是，重复会创造奇迹。第一轮学习除了巩固基础，做客观题外，需要背的是“意思”，第二轮背“关键词”，即每个题目下对应的不同点，第三轮背“词组”，把概念或者描述拆分成数个关键点，第四轮才需要尝试按完整的句子还原内容。慢慢背下来，很多题自然就记住了。

3. 不需要刷太多题，特别是主观题

法硕的出题不具有重复性，而且因为听课和背书占用时间太多，所以我不建议花很多时间在刷题上。前期做客观题真题巩固知识，也可以花碎片时间听真题精讲，主要养成从题干找考点的能力，后期考前十几天会出客观题冲刺和串讲课，每天花三个小时听听就行。主观题更不需要刷真题，简答题是贝多芬；法条分析了解技巧，在后期补充一些重要和超纲法条，就算考到了不会也要学会改写题干材料；案例分析在后期听技巧课，知道大概该怎么写格式，把所有考点展现在答案里即可；论述题更不需要担心，养成辩证逻辑，后期总结一些公式套路，结合前期背的内容考场写作文。所以主观题是后期发力，把基础打好，按照背诵节奏来，后期甚至考场上自然而然就会写。

所以现在你应该明白了，考法硕每天学多久/刷多少题/背多少遍/报不报班不重要，重要的是：

1. 理解：最好方式是听课，现在市面上的课应付法硕考试绰绰有余，选一家适合你口味的就行。
2. 背诵：重复，不管你用什么方式接收信息，眼耳鼻口，什么效率高就一直用，像我就看不进去书，只听得进去，多听几遍课就记住了。
3. 时间：不是说该花多少时间，而是留足够时间试错。白嫖党就必须留时间给自己去收集信息、亲身体验，但不要花时间在表面功夫，比如手写笔记/精美思维导图/错题本。
4. 心态：只要知道这一天、这一周、这一月该完成什么任务，完成后就可以把时间留给生活了，由着性子想做什么做什么，不想结交的人不理，不想做的事丢一边，如果你不能给自己自由的话，那法律就白学了。
5. 运气：文运的黄金 66 题还是很 nb，我在考前抱的佛脚基本都出了大题（包括保辜），所以市面上的押题都可以当背诵清单，拿来复习时抽查。

3. 其他建议

复试建议

多收集目标院校信息，了解题型，提前准备，多开口练，初试起就练外语口语也会节约时间。如果你不是报的 top2，无论出成绩时看起来多没希望都要提早准备，不要被捞进复试圈了才开始准备自我介绍。

心态建议

我个人认为比较好用的方式就是正向暗示，比如我在考研的过程中，跟每个人都讲，我是个法学生（虽然我还没真正踏入法学院的门槛），我未来会当检察官（非法本进法检的难度可想而知），whatever，当下你我的目的仅是通过研究生入学考试而已，相信或宣称自己是法学生只是给自己正向

暗示的手段。除了聊天的时候，我在学习疲倦时也会幻想未来成为法律工作者的样子，虽然已经上岸的我，和很多本就是法学生的人都知道，这种生活没什么好期待的，但幻想是你自己决定的，一言以蔽之，每个阶段有每个阶段的任务，一切都只是服务于你的考研。

.....

4. 考研经验总结

- (1) 不要害怕，做好规划
- (2) 多听多练，其余时间睡大觉

5. 一些题外话~

考研带给我最大的收获除了取得研究生身份，可能也在于激发了继续学习的动力。过去一年里我几乎每天都会想“我真不是学习的料”，但现在我也不由自主地开始 **pick up English**，听法考课，学尤克里里了，原来不是我讨厌学习，而是有目标的学习很反人性，反而漫无目的的学习才更适合人类宝宝的体质，而考研只是我逃避工作，弥补学生生活的一环吧。

如果你有法硕辅导/督学/带背/答疑/规划/心灵 **massage** 服务的需求，恰个 **v (yuleizxy)** 一键助你无痛学习（挣点雅思报名费 TT），看到此篇的兄弟姐妹们都一战上岸！

出国/出境

VIA 英语

申请地区：英港新

申请方向：传媒（Communication、Digital Media）

最终去向：CUHK New Media

微信/qq：245727519

一、出国原因

对于我来说，在留学与境内升学之间抉择时，主要考虑的是两个因素：个人发展目标和成本。

个人发展目标：对于继续深造想学的专业方向是什么？是否想要转专业？专业方向是学术一些还是偏应用一些？继续深造或就业？职业规划？未来发展地？

1. 成本：时间成本-学制。不同的地区/学校/专业有不同的学制

二、准备过程

Step 1. 确定申请方向

在综合各方因素决定出国之后，首先要做的是确定自己的申请方向，是希望继续在本专业深造，还是想转专业申请。在这一点上最好能够平衡自己的兴趣和相关科研、实习等的经历。还是大一大二的学弟学妹们，如果有转专业的意向的话，可以提早准备，有意识地积累相关经历~

Step 2. 学校及专业选择

在确定目标学校及专业时，主要可以从这几个方面考虑：专业课程设置是否符合自己想学的方向；学校所在地区（校园环境、学制）；学校排名、专业排名；学费与奖学金。

我在选择项目时，考虑更多的是项目的匹配度，在官网中一般能够找到各个专业的课程设置，看看课程介绍是不是自己想学的。同时在官网中也能看到学院的师资力量，还有以前的学生反馈等，可以看看是否和你的职业规划相配~

而其他的因素，如学校排名、学费等，更多的是一个“门槛”型的条件，可以帮你快速筛选掉一些学校或者项目。综合项目的要求和自己的个人的背景经历进行匹配，制定具体的申请计划，一般会包括：

冲刺档- 1-2 个项目

主申档- 2-3 个项目

保底档- 2-3 个项目

Step 3. 准备语言考试

- a. 选择适合的考试：英港新-雅思、美国-托福
- b. 制定学习计划与备考策略：在学校的官网（特别是 application、requirements 这样的页面）找到专业申请要求，看看具体的分数要求（特别是小分的要求）
- c. 参加培训课程与模拟考试：英专的同学可以先自己做一套题目找到自己需要提高的部分，有针对

性地去学某个方面，或者找一对一的陪练，考前多找找题库练练。不太建议报班学（指培训机构的大班）。

Step 4. 准备申请材料

根据每个项目的要求准备申请的材料，一般包括证明材料和文书两大类。

证明材料：如护照、在读证明、成绩单、排名证明等；

文书：个人陈述（PS/SOP）、简历、推荐信，如果是 MPhil 可能还需要 Research Proposal

一般学校的证明材料也要注意学校的办公时间，预留好

而推荐信则需要选好适合的推荐人，最好是熟悉你的老师，提前与老师沟通好。而有的学校是网推（在链接中提交即可），有的学校需要纸推，也有的学校是填问卷，这些也需要提前告知老师，和老师沟通好！

Step 5. 投递

在 DDL 截止前进行投递。注意一般申请有两种模式，统一审理和先到先得，如果是后者，早点投递当然更有优势~注意有些学校可能除了网申还需要邮寄材料，寄送材料也要再截止日期前寄到哦~

如果投递后很久都没有消息，大胆地给学校发邮件询问或者发 love letter~

三、找中介 or DIY

关于准备申请的过程是找中介还是自己 DIY，学弟学妹们可以从几个方面考虑：

1. 时间&金钱。一般全包的中介会包括定位、选校、准备文书&材料、网申、接受 offer 等一系列流程，但其实这些内容都可以自己做~只不过大家都是第一次申请，难免对于网申等步骤不太熟悉，需要自己百度/知乎/小红书/B 站一下，比较耗时间。而且每篇文书从构思到撰写、打磨至少需要一个多月的时间，如果申请多个项目要写多篇文书还需要更久。如果要同时准备实习、上课、写文书，会有点辛苦，想要 DIY 的同学就更要提前准备！

2. 文书。个人觉得如果找中介，文书质量是最重要的，大家可以先问中介要一些以往的案例和文书的样板，看看这篇文书能不能打动你。而一些学校官网上也会给出以前录取的学生的文书，也可以参考一下~

3. 是否细心。不论是不是找中介，各种材料都要自己把关好，也要自己及时 check 邮箱、跟进进度，毕竟自己的事情还需要自己上心，也有不少中介比较粗心搞错学员资料的情况。如果足够细心的话自己 DIY 性价比肯定更高~

中介	vs	DIY
1. 选校、时间线		网上经验、咨询前辈
2. 材料：中介给 list，学生自己准备		自行准备
3. 文书准备		文书工作室/DIY/靠谱前辈
4. 网申		按照流程一步步做

总结来说，如果对自己写文书有信心、够细心、时间充裕，强烈推荐 DIY！如果申请的项目多、想节省时间，那么还是可以考虑找留学中介。如果是考虑性价比，我觉得可以找文书工作室，或者有些中介提供的半 DIY 服务也可以，但最重要的是确保中介的文书质量！但文书方面我相信英专的同学们还是有这个实力的，自己写好麻烦学长学姐或者外教润色一下，也是可以的~

四、忠告建议

重要的事情再重复一遍：尽早投递！及时 check 邮箱！

申请季焦虑是非常正常的事情，一步一步把事情做好，一定能得到想要的 offer 的！

马玺媛

德语

申请地区：英港新

申请方向：专业国际关系，管理

最终去向：未确定

微信：Marianne200113

一、出国原因

个人发展需求：开拓眼界，去国外的学术环境感受一下，增长个人见识

对国外教育的向往：会有与更多国际学术大拿接触的机会

职业规划：回国就业，企业

二、准备过程

语言考试

a. 选择适合的考试（如托福、雅思）

跟申请的学校要求有关。托福雅思基本上是通用的。

个人考的是雅思，都差不多。

b. 制定学习计划与备考策略

最好在确定出国后就有意识地训练自己的语言水平，特别是口语。时间充裕的话最好是大二就能够把语言给考出来，这样语言这方面后面也不需要再花时间准备了。个人感觉口语和写作是最需要重视的。

c. 参加培训课程与模拟考试

可以参加个培训班，搞清楚每个模块的题型和得分点，这样自己复习的时候比较有重点。

模拟考试可以考前参与个一两次练练手。

d. 关于备考教材、平台

雅思试题选择的是剑桥的 18 套真题，这个不着急刷完。先分题型练练手，找自己的易错点，然后有针对性的提升，最后再选择做整套的题目。

文书

a. 个人陈述（Personal Statement）

最重要的是体现个人经历与这个学校学科的匹配性。所以需要对自己的学术和生活经历先做一个详细的梳理，把所有能够和这个学校学科相关的点都找出来，然后用一条逻辑链条把这些点都串联起来。这样比较有说服力。

b. 研究计划/目的陈述（Statement of Purpose）

提前做好文献综述，这个学科领域的经典研究问题和文章一定要有涉猎，在写研究计划的时候有

清晰的呈现，然后提前想一个适合自己做的研究方向和问题，这个可以咨询一下学校相关领域的老师或者学长学姐，让他们给你把把关。

c. 简历 (Resume/CV)

突出重点做简历。把最重要最相关的信息列出来即可。注意表达的明确。

中介

时间紧张的话可以选择，需要能够跟上中介老师的时间安排，积极配合，主动选择最重要。

推荐信

a. 选择合适的推荐人

专业里比较熟悉的老师提前打好招呼，这样老师们也比较愿意帮忙。

b. 提供必要的材料与信息

把和这个老师的一些经历仔细回想一遍，把所有和专业领域相关的经历/故事写好。

c. 确保推荐信质量

可以找英专的同学或者学长学姐看看表达问题。

三、学校及专业选择

1. 确定目标国家与地区

按照自己的喜好来吧。比如我比较想要快点读完硕士，那我就会喜欢英国香港的研究生一些。

2. 分析学校排名与专业特点

这个参考 QS 以及一些排名即可，专业的话需要结合自己的条件来选择合适的。

3. 考虑学费与奖学金

留学大部分还是需要家里支持的，所以要和爸妈商量好能支持多少，量力而行。

4. 了解校园环境 with 学术资源

可以咨询相关学校的学长学姐，也可以看看 b 站和知乎的分享

四、忠告建议

1. 提前规划与准备

确定出国后就要做好各种准备：成绩上的，语言上的，是否需要实习，是否参与课题都是要仔细考虑花时间的，心态准备也挺重要，时间线比较长，要做好长时间的平衡准备。

2. 多方了解与咨询

多看看学校官网了解信息比较直接，多和学长学姐交流，和家长老师沟通会有很多人支持你的～

倪学姐

德语

申请学校&方向：香港中文大学语言学 香港大学语言学/应用语言学

最后定校&专业：香港中文大学语言学

微信：NyeeJan_7

一、准备过程

1. 语言考试

雅思听力与阅读的训练方面，个人觉得没有必要报班上课，我前期是进行了一段时间精读精听，持续了大概一周就开始以每天一套的强度在雅思哥上进行听力与阅读的限时训练，完成后对错题进行总结。关于口语练习，我事先找到了当季的题库，熟悉题库之后会在一些英语学习平台（比如 Cambly、italki）上找有雅思口语培训经验的外教进行模拟训练，再根据他们给的反馈进行改进。雅思的大作文与小作文我看的分别是 b 站 Vince9120 和 Jaemen 阿古门特的视频，保持一周一篇大作文与小作文的频率找老师进行精批。

因为雅思托福成绩都只有两年有效期，所以建议大家大三再考。

2. 文书

我的 PS 和 CV 都是在中介的协助下完成的，尽可能把自己的经历和目标项目联系起来，并且不要过分放松。多和中介沟通自己的想法，尤其是 PS 的结构逻辑和内容，不建议直接把经历直接发给中介就好了，这样很容易出现模板化的 PS，成文后也多打磨一下。

3. 中介

因为我是在大三才决定留学，而且考虑到意向项目的录取形式是 rolling 制且开放时间很早，时间比较紧张，所以就签了中介。申请留学其实就是一个主动打破信息差的过程，如果时间充足且有余力，我还是比较建议大家 DIY 或者半 DIY。

在选择中介的时候我比较侧重看他们的录取案例、文书范例、网申账号是否共享、文书修改次数这几个方面。但是找了中介并不代表可以当甩手掌柜，意向项目的开放申请时间、申请要求、网申信息的填写以及 PS/CV 的内容等等还是需要自己多多留意检查，发现任何问题都需要及时和中介沟通。

4. 面试&笔试

港大的 LIN 则是只有面试；港中文的 LIN 与 CLLA 都是有笔面的，因为笔试是闭卷、我遇到的面试也都偏向专业面，所以是一定要提前学起来的。建议大家多去小红书/微博/知乎上看看对应专业的笔试面试经验，这个会有很大帮助。

在面试方面，个人有一些不成熟的小建议：

1. 面试氛围都还算轻松，保持微笑，就算被老师指出回答错误就大方表示“got it and thank you for your correction”。如果真的有答不上来的问题也可以问老师能不能提示一下。
2. 熟记 CV 和 PS 中的相关经历!!
3. 提前去院网看一下学院里各位老师的照片和研究方向（有个大致印象 面试的时候就大概知道面试老师是研究哪个领域的 这样在聊天过程中就可以尽量扬长避短）
4. 如果没听清老师的问题不要害怕让老师再重复一遍

二、忠告建议

申请港校一定要尽早进行准备并申请，一定要自己多上心去及时关注提前批等咨询（各大社交平台、学长学姐也可以提供很多信息）；可以在社交平台上搜“意向院校专业+拒/录”查漏补缺，弥补自己的短板。

在大大二二的假期就可以找一些与意向专业相关的实习（不管是否申请留学，实习经历在以后找工作的时候也能加分，所以不要怕累，真的能积累经验和资源!），充分利用学校的科研资源；港校近年都比较卷，所以在稳住 GPA 的同时，软背景的提升很有用。

前期选校定位的时候可以多咨询几家中介，谨防被 PUA 和画饼，可以在免费咨询环节获取到很多有用的信息。

聂若宜

德语

申请地区：英国

申请方向：语言学/跨文化

最终去向：UCL IC

微信：19817860494（备注来意）

一、出国原因

1. 个人发展需求

我希望通过出国留学来丰富自己的学术背景 and 知识储备，拓宽自己的国际视野。以及疫情原因，大学 4 年没有享受到出国交流的待遇，迫切希望能去国外看看。

2. 对国外教育的向往

我一直对英国的教育体系和学术传统充满向往。英国以其卓越的教育质量和国际声誉而闻名于世。我相信在这样的学习环境中，我将能够受益于丰富的学术资源和开放的学术氛围，与来自世界各地的优秀学生共同学习和交流。

3. 职业规划

我暂时没有太多的职业规划，但我对于跨文化交际（Intercultural Communication，之后简称 IC）还蛮感兴趣，IC 课程相关课程我都有参与，分数都挺高的，所以想从事相关工作？

二、准备过程

1. 语言考试

我首先选择了适合我的语言考试，雅思。我觉得 1 个月准备差不多，因为我英语基础很好，所以我花了一个月备考（也会摸鱼，就平摊下来，每天 2 小时？但是我感觉多做题比较好）。考了 7.5（就英国申请雅思最好 7.5 吧）

2. 文书

我认真准备了个人陈述和研究计划/目的陈述。在个人陈述中，我突出了自己的学术背景、志向和对 UCL 的热爱，同时强调了我与所申请专业的相关经历和才能。在研究计划/目的陈述中，我详细描述了我希望在 UCL 攻读的专业领域的研究兴趣和目标，以及我对该领域的动机和激情。此外，我也精心编写了个人简历，突出了我的学术成就、实习经历和其他相关活动。

3. 中介

我与留学中介机构合作，他们提供了宝贵的指导和支持。他们帮助我解答了各种疑问，提供了关于申请流程和材料准备的专业建议。他们还为我提供了与 UCL 相关的信息和资源，帮助我更好地了解学校和专业特点。

4. 推荐信

我仔细选择了适合的推荐人，如导师或相关领域的老师（我的课程老师）。我向他们提供了详细的个人背景信息和所申请的学校和专业的相关信息。我确保推荐信的质量和内容与我的申请目标相一致。

三、学校及专业选择

1. 确定目标国家与地区

我经过深思熟虑，确定了英国作为我的留学目标国家和地区。我对英国的教育体系和文化背景有浓厚的兴趣，相信它将为我的学术发展提供良好的平台。

2. 分析学校排名与专业特点

在选择 UCL 之前，我进行了广泛的学校排名和专业特点的分析。我了解到 UCL 作为世界一流大学，在我所感兴趣的专业领域有着卓越的学术声誉和研究实力。它的师资力量和学术资源也给了我很大的吸引力。

3. 了解校园环境 with 学术资源

我通过官方网站、学校介绍和校友的反馈来了解 UCL 的校园环境和学术资源。

四、忠告建议

提前规划与准备

留学申请是一个复杂而繁琐的过程，因此提前规划和准备非常重要。在开始申请之前，了解申请所需的材料、时间表和要求，并制定一个合理的申请计划。提前准备语言考试和文书，以确保在申请截止日期前完成。

建议从大四前的暑假开始准备（8 月左右，准备完成，最早一批投放有优势，建议一开放系统就去交掉！真的早交早占坑位！）

陈科宇

法语

申请地区：法国

申请方向：管理学

最终去向：HEC 法国高商

一、前期探索

我的研究生路径选择还是比较曲折的。在通过不断了解，与法语所的老师、职业规划咨询的老师、师兄师姐、朋友们的交流中，我最终还是觉得自己更适合出国深造这条路径。一方面是因为我认为国外教育中的多元性、包容性和自由度与我的个人价值比较相符，另一方面也是填补作为外语学生四年没有真正到国外高校切身学习的缺憾。我本科的主修专业是法语，辅修专业是 ITP（创新与创业管理强化班），两者平衡，自然而然最适合我的道路就是法国高商。

在法国高商中，HEC Paris 的管理学硕士项目 2023 年 QS 排名第一，2022 年 Financial Times 排名第 2。学制 2~3 年，学费 5w 欧。相对于美国的很多项目来说，法国高商具有极高的性价比。该项目第一年是商科通识教育，第二年是 optional gap year，可供实习，第三年是细分专业深造。除了离巴黎市中心稍远，其他都还是挺不错的。

二、正式申请

在正式参加高商的申请之前，我曾准备过国内相似项目的夏令营。所以在国外申请开始时，我的大部分材料已经整理得比较完整，要做的工作就是将它们翻译成英文，再根据不同的学校特色进行重新打磨。

关于各色材料、考试的准备，网络上各种各样的指导建议随处可见，我没有什么想要特别补充的。在我个人的理解中，标化成绩是本，文书材料是花，后者更多起的是锦上添花的作用。但在整个 23Fall 申请季中，我个人有一个比较强烈感受，就是陆本学生会普遍存在同质化的问题，即每个人的背景看起来都很优秀，但每个人都看起来比较雷同（高 GPA、高分语言成绩、Big Name 实习、创赛商赛……）。作为招生官来说，可能会觉得有些千篇一律，Ta 们更想看到的，是基于优秀的标化成绩上，一个鲜活的、鲜明的、独立的个体。如果有什么建议，我觉得学弟学妹们可以在大学期间繁忙的学习工作之余，试图跳出传统教育中无效内卷的桎梏，去寻找自己的兴趣点和无可替代的价值，找到自己的闪光点。

出国申请的准备流程因人而异、因项目而异，很难在这里总结出什么共性的、有效的建议。如果有什么建议是所有申请通用的，我认为，在确定想要申请某一个项目之后，要去想方设法地积极搜集这个项目有关的信息，包括但不限于询问往届录取的师兄师姐、翻阅相关的官网介绍、各种论坛公众号、小红书……对于申请商科的同学，[ChaseDream 论坛](#)是一个非常实用的论坛，里面有非常多的面经和有效信息。

三、一点建议

1. 提前准备，如果材料准备齐全就可以及时申请，拖到后期自己也会变得更焦虑。
2. 保持自信，根据身边同学的情况，出国深造的同学往往都能拿到心仪的 offer，相对来说比国内深造的竞争压力会小一些。
3. 广泛搜集，出国申请会存在很多信息差，要广泛挖掘信息获取渠道，有效利用身边的资源。

林一婧

英语

申请地区：香港英国

申请方向：管理学

最终去向：香港大学经管学院

一、个人情况

主修英语，辅修工商管理，GPA89/100；

实习3段，线上交流1段，相关科研项目（国创）1段；

学生组织经历若干，奖项若干；

雅思8（7），无G；

香港大学经管学院 Global Management（MGM）录取（25%奖）。

二、个人选择

1、Why 留学——研究生阶段想继续在泛管理方向深造，而 zju 没有该方向硕士点（管理学院仅有信息资源管理硕士点）；个人竞争力不足，走保研的话在国内很难录取心仪的学校/项目，故选择出国。

2、Why 港大——考虑经济原因，比较能负担起 1-2 年的项目，所以申请了英港两地的学校。在录取学校中，港大的学校认可度较高，个人也比较心仪，最终选择该学校。

3、Why 管理——在辅修及实习过程中对泛管理方向产生兴趣，个人性格及能力也比较契合。

三、准备过程

个人启动的比较晚，疫情影响加上情绪不是特别稳定，导致了最后无 G 申请的情况（惨痛教训）。时间轴就不列给大家啦不是很有参考意义 TT。准备的内容如下：

简历（CV）。突出重点，突出自己的能力，不宜太长。在描述自己的学生组织/实习/研究项目经历的时候，多使用数字来具体化自己的工作内容，少用虚化的表达（比如“学到了很多”、“有一定的了解”等）。

个人陈述（PS）。结合自身情况写清楚 why school, why major 及未来职业规划。需要用个人的经历佐证，比如在什么课程上的什么案例印象深刻，在实习中的哪一项具体工作中得到启发（一定要踏实具体）。

推荐信。我是跨专业申请，所以联系了一位本专业老师和一位管院的老师。两个老师的推荐信各有侧重，分别是学习/科研能力角度、专业兴趣/适配度这两个角度出发来评价我的。可以提前通过邮件联系熟悉的老师，老师们人都很好，一般都会同意推荐的。

标化成绩。我申请的是英港坡这条线，所以和多数同学一样选择了雅思（托福也是可以的）。国人

（尤其是我们外院学生）在考雅思的时候基本不会在听力和阅读上出问题，但写作和口语比较可能会被卡小分。我的写作能力相对不错，但口语（特别是即兴表达）比较劣势。所以，我在考前拿了剑雅中的四组听力、阅读练手，看了B站对于写作的介绍，大部分时间都花在了口语上。我在考前一天将题库中每道题都按照考试情况计时练了一遍，考试时心态也比较稳，也获得了比较满意的成绩。

四、一些建议

1、养成纸质版文件到手立刻扫描、整理归档的习惯，包括实习证明、标化成绩单等，这样在后续提交材料的时候会方便很多。

2、关于中介，我个人是图个方便签了中介的，确实从开始准备文书到现在准备签注材料都省了很多力（但其实我的推荐信老师指出我的中介的语言能力不是很过关 orz）。身边也有很多同学没有签中介，大家自己写文书的话语言功底应该都是过关的，自己选择就好。

3、出国留学战线比较长，所以在准备的时候还是会有情绪波动（特别是放弃保研后，在保研大部队刷屏 pyq 的时候波动极大 hhh），大家积极调整好心态！多运动，多和家人朋友沟通，一定会有满意的结果的。

龚雅奇

日语

申请地区：英美

申请方向：管理学

最终去向：香港大学经管学院

一、个人情况

专业：小语种+金融

三维：3.92/4.00 T>110 GRE>330

实习：咨询 pta，互联网战略，投行，PE 。实习内容都很扎实，name 也还不错，大概 5-6 段

活动：商科社团社长，ngo-co founder，志愿者活动一堆（申请没提及）

二、个人选择

1、申请核心思想：

每个项目都有自己的灵魂，贴合项目打造既有个人特色又很 match 项目的人设很重要！

2、why

在申请可能一些大家口中的“顶级”项目的时候，面临的竞争者都是名校、有高三维、big name 实习的时候，招生委员会为什么要选择你？硬件只是基础，让自己变得有趣、unique、impressive 才是可能被录取的核心。

3、how

没有人能比项目在读的学长学姐更了解项目偏好，同样，他们当时写文书的思路也值得学习。所以以竭尽所能去和这些前辈进行 network，了解项目信息、在读体验以及请求学长学姐帮忙看文书（有无偿也有有偿，原则：不要把别人的善意当作理所当然。）

4、申请项目

芝加哥 mpp✓

LBS—mim✓

哥大 msfa✓

MIT MFIN ✗

hkust✓-YALE✗

Yale-silver scholar ✓+6 万刀奖学金（给大四开的 defferd mba 项目）

Yale-am ✗

Oxford—MFE✗

Cambridge- MIM✓

Cambridge-MFE✓

Cornell aem+cems 没出结果

LSE-MFIN 没出结果

LSE-R&F 没出结果

三、准备过程

1、语言

T10 月考出来，二战

G11 月考出来，二战，之前被取消了 4 次真的很惨了

关于语言后续单独开贴，适用于英语水平一般且不喜爱英语纯应试的朋友

建议：每一届的前辈都会嘱咐大家早把语言考出来，但是还是有人比如我做不到。回顾了一下我的心态，我总是妄想准备完全再去报名考试，但这是不可能的。所以建议大家速速交上近期考试费（不要订太远的起不到 push 自己的效果）

2、推荐信

数量：实习：1-2 封 学校：2-3 封

时间：由于暑假在进行高强度实习，所以向老师请求要推荐信的名额已经是 8 月下旬了，建议朋友们可以早一点，因为每个老师都是有 quota 的，所以早一点占一个位置比较重要。

提交：陆本的推荐信的书写懂得都懂，所以老师主要负责邮件转发的动作。但是由于申请数量大概在 10 上下，所以尽量在提交网申的时候，一起发送学校的推荐信邮件到老师邮箱，不用一次次去打扰。

双向选择：

学校老师：我选择了我上过课且和申请方向较为一致的 3 位老师。课程成绩从 4.2-4.8 都有，也没有特意在老师前面刷过存在感，但是老师对我是有印象的，且有微信。不要刻意刷存在感，别为了存在感提问弱智问题。

实习：暑假和组里的人相处地都非常快乐！mentor 直接帮我问 ED（投行里的一个较高职位）要推荐信，负责催 ED 提交。简直不要太感动呜呜。前提：干活靠谱（不是指不能犯错，而是指用心），情商在线。

邮件/微信发送请求：

给老师：因为老师带过的学生太多，所以要先进行简单的自我介绍，如何和老师产生的联系，尽可能给老师少带来不便。

实习：在后半段可以暗示 mentor，后面直接提需求就好。

3、文书

我觉得是申请各个环节中最重要且最需要花费精力准备的事情了，毕竟对于没有面试的学校，文书就是唯一展示自己的一环；对于有面试的学校，也得你文书写得好才能拿到面试！

前提：我觉得每个项目的文书都有自己的特点，每个学校都有自己的痛点，切不可一个 ps 走

天下。这里说的只是共同点，具体每个项目的文书的分析，缘更～

流程：

(1) 先建立了一个自己的经历库，类似下图目录：



(2) 写一篇通用的 PS 找感觉 (1k words)。因为开始很困难，无从下手，所以可以先写一个没有焦点的大 PS，将经历串起来理顺 story line。——给 mentor (找了半包中介) 改，和 mentor 一起 brain storm——给母语者润色语言

(3) 针对每个项目书写项目针对性的文书。我 80% 以上的文书都是给每个学校定制的，每个学校一个文书重新想，重新写，不是项目之间 copy and paste。——给 mentor (找了半包中介) 改——给项目在读学长学姐改——结合两者意见再修改在重复以上流程——给母语者润色语言

(4) 研究生申请文书不需要像 The Great Gatsby 中那样精致而华美。

篇幅所限，我们需要在 500 字中尽可能多地通过数字、特定名词/称谓、以及恰当的逻辑串起你相关履历中的 achievement 以及 thoughts，因此“精简”、“实际”和“真诚”才是 essay story 叙述的要义，千万不要加超过 2 行的环境描写和没有案例衬托、过于细节的心情表达、motivation 推理等。

同时，我们也需要通过一些技巧让故事的叙述变得优美，可以通过排比句、设问、引用 1-2 处名人名言等基本方式。

一点感想：一篇好的文书写完之后是有感觉的，是对自己的前路更加通透的畅快，是和项目契合可以一起成长的 passionate

4、面试

(1) kira (视频面试)：

有很多人说 kira 不重要，但我觉得恰恰相反，虽然不知道占整个 package 的多少，但是我觉得还是蛮重要的，因为我觉得没发挥好的学校也确实都没要我。一份好的 kira 可以帮大家锦上添花！

准备：

题库：微博、xhs 和 chasedream 网站上面都有很多分享，大家可以输入项目关键词进行搜索

题型：1.why school 2. Why you（类似于 behavioral question）3.Why program 4. 社会时事

p. s.：多数项目题库很大，不要妄图准备到每一个，重要的能力是应变和迁移

反思：

在录前 1-2 个学校的时候由于对于自己英语口语的不自信，采取照着稿读的方式（还经常找不到稿），发挥得很不尽如人意。后来改变策略，不准备逐字稿，而是采取故事库方式准备大类话题，例如优点，leadership，缺点，最有挑战的事情等，再练习把话题熟练 link 到对应题目上的能力。整个人因为不需要准备大量题库而 chill 不少，且因为故事库那几个故事说烂了，就很有自信，很松弛，给人的感官很好。

(2) 真人面：

在做到不出错的情况下 impress 面试官

准备：和 kira 类似

找题库

充分挖掘、思考自己所写在 essay 和 cv 中每一份经历中（包括实习中的某个项目、创业经历、校园组织中的某个活动/职位、小组作业/学术论文中的某个环节）：你做这件事的客观和主观原因是什么？这件事你做的具体内容和小组做的流程是什么、为什么这样设计、带的结果是什么、有没有可以改进的地方？这段经历对你后续的选择、经历有什么影响？将种种问题的回答贴合你所设计的 career path 和申请 storyline。

一定要 mock，动嘴说！

四、最后

不是被 xx 项目录取了就一定会怎样，所以录取成功了也不必妄自尊大，没被录取也不必妄自菲薄。都只是人生的一程罢了。保持谦卑，保持努力。作为一个很普通的小孩，能侥幸打怪升级唯靠所遇之人皆不偏不倚，亦师亦友。Hope to pass the kindness on~

就业组-本科

林瀚

专业：德语

offer 名称：客户经理

就业单位：深信服科技股份有限公司

1. 就业决策与规划

1.1 选择直接就业的原因

这是由我个人的规划和性格决定的，因为我无论是深造还是出国我最后都会决定就业；我同时也是个目标感比较强的人，我没有找到想要深造的专业，也没有看到深造给我就业带来的强有力的帮助，因此我选择直接就业，在市场上积累经验和资源，锻炼能力，明确自己在知识性上的不足后再考虑深造方向。

2. 专业知识与技能提升

4.1 专业与职业的关联性

基本没有关联。在德语专业的学习中，我的语言表达能力、逻辑思考能力等多方面综合能力得到了锻炼，因而在综合性的岗位上更加得心应手。跨专业就业一方面要承受住他人对你的考验以及跨专业学习的阵痛，另一方面要积累能够证明自己强综合能力的证据，例如实习、项目经验等等。

2.2 本科阶段的经历与成长

大学期间我主要参与的是学生组织和实习，在学生组织中干了一年宣传干部，在校外实习了两年多的时间。学生组织中锻炼了个人基础的工作能力和协调沟通能力；实习中依据个人规划从中小公司做起，锻炼自己的抗压和团队协作能力，同时明确自己的能力项和发展方向。

5. 实习与国际化经历

5.1 实习攻略

实习渠道：招聘软件、企业招聘官网、企业招聘公众号、学校就业网

实习感悟：在实习过程中要明确自己实习的目的。例如想在本次实习中更多了解意向的岗位，那就多和对应岗位的前辈了解；如果是想探索个人未来的发展方向，那么在实习过程中就要明确自己的能力项等等。明确目的的实习才能够带来明确的收获，不能只是机械性完成任务。

6. 求职准备

6.1 求职前准备

1. 个人规划与思考：明确个人求职期望，在收入、发展前景、能力锻炼、工作压力等多方面做好权衡；
2. 公司调研：通过网络、学长姐、在职员工等多种渠道了解意向公司情况，了解公司文化价值观，明确岗位职责；

3. 简历撰写：简历中突出和岗位 JD 中相符的经验和能力，描述符合 **smart** 原则，让自己的经历可量化评估；
4. 面试经验：紧张是正常的，紧张之余也要有信心，根据不同的面试官风格选择不同的语言话术。

林梓祺

专业：俄语

offer 名称：2+2 模式专职辅导员

就业单位：浙江大学

1. 就业决策与规划

1.1 选择直接就业的原因

2+2 模式辅导员，对于我来说是一个比较好的机会，本身有未来想从事思政线工作的想法，可以通过两年的工作体验考察一下自己是不是真的喜欢和适合辅导员工作。另外，2+2 模式这两年作为全职工作也可以提供经济支持，早日独立。以及提供的保研名额还是吸引了比较多的人的。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

辅导员工作是不限制专业的，作为一个外语学子，还是在工作中发挥了一点点作用。用俄语给来学院开讲座的俄罗斯科学院院士写了一封感谢信。高校目前仍然是不断国际化和走向世界的，有非常多的国际交流项目，作为有语言优势的外院学子，在带队参加这类社会实践和国际交流时还是能发挥一定作用的。作为文科类的学生，最重要的能力一个是写一个是说。锻炼自己的语言组织能力是非常重要的，在本科的学习过程中，老师们也多次强调学好外语的前提是学好母语。

另外，宣传能力也是非常看重的能力。摄影、新闻稿撰写、排版、设计等技能，都是非常有用的。

2.2 本科阶段的经历与成长

学生工作经历：（截至 2+2 报名前）

外国语学院本科生第二党支部学生副书记 2022.6-至今

外国语学院兼职辅导员 2022.2-至今

外国语学院“讲好中国故事”理论宣讲团团长 2022.4-至今

浙江大学学生军训师三团政治处干事、理想信念宣讲团成员 2022.8-2022.9

浙江大学党建馆宣讲员 2022.3-至今

外国语学院党素中心宣传负责人 2021.9-至今

浙江大学学生体育舞蹈协会副会长、拉丁舞队队长 2020.9-2021.9

外语 2001 学长组组长 2020.9-2021.9

本科生院招生处学生助理 2020.5-至今

俄语 1901 团支书 2020.9-至今

人文外 1901 团支书、丹青学园第一团总支副书记 2019.9-2020.6

所获荣誉：（截至 2+2 报名前）

党团建设：

浙江大学军训师优秀参训干部（2022）

浙江大学优秀团员（2022）

浙江大学党团知识竞赛优胜奖（2022）

浙江大学第五届本科生党员党务技能大赛二等奖（2021）

浙江大学党史知识竞赛优胜奖（2021）

浙江大学优秀学长、优秀学长组（2021）

浙江大学优秀团干部（2021）

丹青学园优秀团干部（2020）

公益实践：浙江大学四星级志愿者（2022）

亚运会小语种拟录用志愿者（2022）

浙江大学寒假大学生社会实践活动优秀团队（2021）

学业奖励：浙江大学第一届俄语书法比赛二等奖（2021）

浙江大学“纪念曼德尔施塔姆”诗歌朗诵比赛一等奖（2021）

白桦林奖学金学业进步奖、特殊贡献奖（2021）

文体活动：浙江大学“三好杯”操舞比赛体育舞蹈一等奖（2020）

浙江大学普通话大赛优胜奖、最佳团队奖（2020）

浙江大学“三好杯”操舞比赛排舞三等奖（2019）

丹青学园园运会女子跳高第六名（2019）

素质拓展：浙江大学“默沙东杯”职业规划大赛二等奖（2022）

整体上，我的学生工作经历和党团竞赛中获得的荣誉数量上还是比较多。大学几乎都是一个探索的过程，到了大三才开始确认自己想尝试 2+2，后面也根据辅导员和副书记的指导，专门去参加一些比赛和锻炼。有两个建议：

- 1、在不明确方向的时候，可以多做尝试。南大每一分努力都不会白费。
- 2、有了明确的方向之后，需要更多的了解和调查，然后做针对性的攻坚，提高效率。

3. 实习与国际化经历

5.1 实习攻略

我开始找实习是大二下，在各个大厂和外企的官网投递实习，当时我没有实习经历，但是又不愿意做 HR 的工作，市场和运营的实习比较难找到。在 BOSS 直聘上也投递了一些岗位，因为时间和专业的原因，最后找到了一个二线大厂微店的市场运营岗位。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

2+2 模式具有自己的特征，如果学弟学妹有想法，首先跟辅导员联系，学院能提供一些指导和帮助。另外也可以与 2+2 的学长学姐联系，会提供自己的简历给学弟学妹参考，面试主要是自我介绍+无领导小组讨论+自由提问，可以参考辅导员素能大赛的题型进行准备，并对自己的简历和自我介绍进行完善。

就业组-研究生

陈晓芳

专业：外国语言学及应用语言学

offer 名称： 徐州市第一中学 1.

就业单位：徐州市第一中学

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

教师职业不仅和自己专业相关，还是一份充满意义与价值感的工作，有信心成为一名优秀的老师。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

无论是英语专业技能还是科研能力都为职业长远发展打下夯实基础。

2.2 研究生经历分享

研究生第一年主要完成课程学习，期末周即论文周对研一的我最具挑战性，各个课程论文ddl几乎重合，此时一方面要有良好的心态，专注自身，做好计划，提前构思论文，这样才不至于拖到最后，更能保证论文质量。课程论文最好以争取发表的心态来写，这样经过研一的科研铺垫，研二论文发表及毕业论文开题会游刃有余，也自然有更多的时间精力参加实习。研究生的重要收获是在导师的指导下在SSCI期刊上发表书评论文，在国际国内会议上作主题演讲，这些成果让我对自身的英语专业水平更加自信，塑造了更好的自己。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

研二期间主要在英语教育机构实习、参加学院组织的赴湖州暑期社会实践；研三以就业为导向，在意向高中顶岗实习，最终顺利拿到offer。对于就业方向是中学老师同学，因为每个地区考核方式不同，建议研二就开始在网上搜集意向地区甚至是意向学校的招聘公告，了解考核方式，很多地区需要笔试包括教育教学知识和高考试卷，建议提前刷题准备相关笔试、面试，提前一年在中学实习，这样才能在招聘中补好非师范的短板。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

个人这方面经验不多，主要是准备几份中英文自我介绍，半分钟、一分钟、三分钟不等。通过小红书、知乎等搜集面试问题提前准备。

高铭君

专业：国际组织与国际交流

offer 名称：杭州市教育局直属高中

就业单位：杭州市教育局直属高中

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

- ①曾在互联网大厂、教培机构、政府部门都实习过，体验过后发现体制内更适合自己。
- ②对体制内的工作价值感、工作待遇、工作时间的认可。
- ③教师与公务员两条腿走路，根据报考单位的抗疫要求及考试时间灵活选择。
- ④曾在几个教培机构兼职，准备教师招聘花时间较少所以决定尝试这条路。
- ⑤ 家中父母有教育从业人员，有积极影响。

2. 专业知识与技能提升

1.1 专业与职业的关联性

国际组织与国际交流毕业生跨专业就业的局限：

- ①本专业属于英语语言文学大类下，但专业非常新，杭州乃至浙江省内中小学及高校都对此不了解并不认可，在系统里并没有选项，需要和负责人 **argue**，但不一定会成功。
- ②众多学校要求本硕专业一致，但国组专业学生基本都不符合要求。
- ③缺乏师范经验。综合类院校毕业生在中小学就业时往往在简历筛选部分就不占优势，尤其小学，偏好师范类学生，或者曾经在学校有过代课/跟岗实习经历的候选人。
- ④ 教师资格证的要求，需要尽早准备。

1.2 研究生经历分享

科研对我来说最大的受益不仅是科研能力的提升，而是对心性的磨砺。耐心、细心、坚持，都在一遍又一遍的论文修改中提升了。人就是要不断质疑自己，但也不能对自己失去信心，科研便是很好的经历，酸甜苦辣，都会走一遍。

3. 实习与国际化经历

2.1 实习攻略

1. 实习建议：

在找工作之前，尽量多方向地实习，都体验一遍后再确定自己到底想要什么想做什么。

2. 渠道：

- (1) 互联网大厂实习（内推重要，但没那么重要）

- ①官方网站；

②cc98-实习部分/朵朵校友圈招聘信息；

③本校师兄师姐。

(2) 政府部门实习

①学校项目，例如“黄土地”计划，大约1个月左右；

②地方政府部门的公众号。

(3) 教育行业

①培训机构可以直接官网投递，校内论坛基本都是家教，零零散散，不如系统地做一个暑假；

②公办学校可以直接打电话给学校问是否需要代课老师；

③浙大就业网（去年冬天临平区有来单招，可以准备好简历，当场会简单面谈一下，然后把资料收走，给消息很快）；

④杭师大/浙师大招聘会（据说排队的人很多，一部分学校当场会考试）；

⑤各种公众号（浙江开旭/硕博人才招聘/...）；

⑥各地教育局官网；

⑥ 学院就业群。

4. 求职准备

a) 求职前准备

【准备材料】

（所有材料请都准备好扫描件，有的网站要求pdf有的要求jpg，所以也可以提前找一个好的软件来转换格式）身份证、户口本、本科毕业证学位证、学信网报告、荣誉证书（分好类）、雅思/托福/四六级成绩单（如有）、党员证明、就业推荐表正反面、三方（个别才会要求）

【考试形式】

1. 前置视频遴选。

这是筛人的第一步，这一步很看教资教态以及准备的态度。我是请同学借了一个会议室，然后在里面录，加上自我介绍一共13min，题目官网会给。由于我剪视频技术实在不好，就只加了一个开头和结尾（谢谢观看）。由于官网要求的大小都比较小，录完会很大，势必要压缩，也就是说会影响画质，建议妆可以画浓一点（镜头吃妆），ppt上字全部加黑加大。

2. 大部分都是有笔试的。

基本是高考题稍难+一道教案设计+一些教资知识（不是全都有）。我个人认为zjuer不需要刷五三，即使刷也不用做太多，因为难度确实不大。可以重点准备一下那个教案设计。我是外省的，对浙江高考的情况不太了解，所以还查了一下资料。

3. 面试：

说课/试讲+结构化。我一共考了两个学校，一个是试讲，当时刚考完名优回来，啥也没准备就去了，果不其然寄，所以试讲我确实没什么好分享的经验。然后说课有准备一个通用稿，大概就是在前置视频遴选的基础上修改，这是很有用的，因为面试的时候也会用到。有时间的同学可以买一下课本，

听好多上岸同学说他们考试之前都把教材过了 1-2 遍了，真心 respect。

4. 结构化。分为两个部分。

①自我介绍，这是在前置遴选视频里准备过的，所以再背了一下。建议准备两个版本，一个有个人信息，一个隐去具体的个人信息，比如姓名学校。到时候根据学校不同的要求来调取脑子里的记忆就好啦。

②为什么选这个学校。这个问题我觉得很大概率会被问到，可以提前看看这个学校的官网，不要太彩虹屁，对于外省同学，学校考虑的是留在这里的稳定性，可以实话实说，真诚永远是最大的武器。

【仪表】

不需要西装笔挺，重要的是有亲和力。我在看了小某书的教师穿搭若干帖子之后，还是买了最普通的。浅色毛衣（天气冷）/白衬衣（可以有领结/花边）+pdd 购入的黑色半身伞裙（注意内衬不要滑滑的起静电的那种，冬天会包在腿上巨难看）+很厚的打底裤（等面试的时候真的很冷）+黑皮鞋。个字不高的话可以带一点点跟，提升自己的气场。

洪达理

专业：外国语言学及应用语言学

offer 名称：镇海中学、余杭高级中学

就业单位：余杭高级中学

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

开始考虑就业较晚，没尝试和了解其他行业。因为喜欢和学生相处，所以决定去中学教书。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

外应与教师这份工作并非完全对口，但二语习得与语言测试领域内的知识在入职以后应该会在一定程度上派上用场。

2.2 研究生经历分享

研一尽可能修完课程，研二可以尝试在感兴趣的行业实习以了解工作内容明确就职倾向，积累经验并丰富履历。期间最好紧跟学校的安排完成论文任务避免研三应聘阶段被论文缠累。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

教师实习可以自己打电话联系各个学校询问是否有实习名额或向在教育行业工作的学长学姐寻求帮助。建议提前询问实习学校提供上课机会的频率，避免只是过去帮忙改作业。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

口语表达和书写是教师应聘中比较直观呈现的技能水平，也是最需要时间锻炼的能力。说课和试讲是教师招聘最核心的考核方式，在确定走教师道路之后可以在网络上寻找优秀教师的教学视频进行学习。

李梅芳

专业：外国语言学及应用语言学

offer 名称：高中英语教师

就业单位：珠海市第一中学鸿鹤校区

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

本科期间为师范生，培养方向与教育行业相关。家乡在珠三角地区，体制内教师工作较为稳定，收入相对可观。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

英语教师是英专生非常对口的职业选择之一。外应专业在部分学校的教师招聘中可能不被列入岗位所需专业中，但相比英语语言文学专业，外应专业在修读过程中会接触到二语习得、语言测试等与语言教学更为相关的课程。在实际工作中，所学专业的理论知识运用得较少，但是能提升整体的眼界，了解英语教学及测试等领域的研究热点，可能有助于入职后的课题申报等。

2.2 研究生经历分享

就教育行业而言，珠三角地区的高中教师招聘基本上都要求研究生学历，中小学教招也越来越卷，因此以体制内教师为就业目标（尤其是初、高中学段）的本科生进行深造还是十分有必要的。

个人的建议是要尽早明确自己的职业规划，如是否要读博以入职高校、是否想当中小学教师、是否要考选调或进入企业工作等。对于科研与实习的平衡，首先要了解心仪导师课题组的工作量、导学模式以及导师是否支持实习/社会实践等活动（部分导师可能希望学生全身心投入到科研学习中），在读研阶段与导师多沟通，合理安排个人时间以及与导师进行协商。此外，越早完成个人课题的构思、实践与写作，越有利于腾出时间进行科研外的实习。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

关于教学实践，建议同学们可以多联系自己的母校或者联系杭州当地的学校进行跟岗、听课等教学实践；有精力的同学可以尝试代课。可以大胆联系自己心仪的学校进行实习，在教招中可能也会有优势。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

简历撰写可以在小红书等软件上多进行参考，体制内教招比较看重的主要还是学历背景、实习经历（此处指学校中的教学实践；家教、教培机构的经历不必突出）和试讲能力三项。浙大的学生在招聘中，学历背景这块比较占优势，建议在求职前至少有一段目标学段的实习经历（无论长短），了解一线教师的具体工作及该学段学生特点，在面谈或结构化面试中才不至于无话可说。至于试讲部分，需要学习如何设计课堂、撰写教案并饱满地呈现课堂片断（这些内容在教资面试中也会遇到），可以在社交媒体上多参考名师的阅读课教学视频并进行演练。

教招的机会非常多，可以多关注目标就职地相关的公众号，加入一些交流群进行讨论。

苗汇林

专业：国际组织与国际化交流

offer 名称：TikTok Global E-Commerce-Integrated Marketing

就业单位：字节跳动-TikTok

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因、

2. 分析理想工作状态：

- (1) 工作环境女性友好
- (2) 行业快速发展，变化多，机会多
- (3) 可以 expose to 不同文化
- (4) 组织文化年轻化

>>>互联网+出海业务

3. 分析个人优势&劣势：

(1) Pro:

英文作为工作语言

相关实习经历&mkt 项目积累

择业灵活度高

(2) Cons:

文科专业对口岗位少，需要转型 or 探索语言+模式就业

>>>出海电商+整合营销

4. 专业知识与技能提升

4.1 专业与职业的关联性

1. 可迁移的研究能力

在硕士阶段的科研训练，让我能够具备较强的逻辑思考能力和数据分析能力，挖掘更深的业务思考

2. 可迁移的 presentation 能力

学校课堂中培养的展示能力也是工作中所需要的，一个好的项目不仅看执行，也看对外展示，好的 presentation 有利于争取到更多项目资源

3. 语言技能和跨文化交际能力

目前我就职的部门非中国籍同事居多，英文为第一工作语言。

4.2 研究生经历分享

困难：最困难的一段时间就是一边实习一边开启毕业论文，实习强度 996/007，毕业论文导师指导选题方向较难，需要清洗繁杂的数据&数据分析。

解决路径：心态+时间管理

7. 实习与国际化经历

7.1 实习攻略

1. 把握校友资源

两份互联网相关实习均来自浙大校友圈内推；入职后发现，各个项目组招募实习生也会优先选择将信息发布在组内实习生所在学校

一、清晰规划实习路径

万事开头难，找实习亦复如是，尤其是在专业不对口的情况下。第一份实习的选择要看方向、看做的事情，而不是看公司是否 **big name**。只有在相关方向上的实习才能写进简历，才能帮助后续找到 **big name** 的实习&工作。

二、实习生也要有 **ownership**

虽然实习工作本质上是帮助正职员工分担些耗时的执行工作，但也要尝试建立对所经手工作的 **ownership**，以下几个个人 **tips**:

>>>多问 **mentor** 为什么，积极汲取每一个执行工作的背景信息，拼凑项目图景，思考优化空间，利用 **coffee chat** 等时间和组内同学交流

>>>为自己设立更高目标，超预期交付每一个小任务，累计增加 **mentor** 的信任，从而争取更多更好的项目机会

>>>所有思考落笔文档，必要时可与 **mentor** 定期沟通分享

8. 求职准备

6.1 求职前准备

1. 精改简历

字斟酌，多去思考你在项目中的独特价值（切忌一味罗列项目成果，那是团队产出而非你的亮点）

2. Mock 面试，尤其是群面

群面是秋招中最残酷的环节，每个人都很 **aggressive**，需要有强大的逻辑和表达才可以脱颖而出

3. 同辈交流

要多分享行业信息&招聘信息，并肩作战

王瑋

专业：外国语言文学

offer 名称：专任教师

就业单位：浙江财经大学

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

喜欢教师这个职业，喜欢校园这个环境。

4. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

就读专业与就业岗位非常关联，就业岗位为外国语学院专任教师岗位，所教科目均为求学时所学科目。

2.2 研究生经历分享

研究生阶段应注重专业知识的学习，基本概念和理论一定要非常清楚。

读研初期应尽早确立未来的研究方向，而后根据研究方向学习相应的理论，打牢基础后搜集学科前沿研究，关注学科动态，根据前言研究适当地涉猎一些其他领域其他方向的知识，平日多思考，找出可以做研究的点，要考虑可行性和耗时，仿照已看过读过的一些文章，尝试自己写一篇论文。这个过程可以锻炼自己的科研能力，以及锻炼写作细节，比如写作的衔接、逻辑、格式等等。格式在写作中很重要，虽然没什么技术含量，但能令审稿人区分“新手”和“老手”。

5. 求职准备

3.1 求职前准备

若准备 6 月份毕业，可以在 12 月份准备投简历，一般一周左右会收到求职单位的回复。高校由于职位空缺较少，每年招收的人不多，所以建议尽早占坑。简历应当突出自己的专业知识和科研基础，所以在校期间的获奖和荣誉要写，已发表的论文和参加的项目以及会议等等，都要附上。另外还可以把上过的一些重要的课程写上，简历证明材料可以附上成绩单。

面试时候要谦虚大方有礼貌，面试时切忌冷场，即使不会回答，也要说这个问题我还没有深入研究过，未来若有机会加入咱们团队后，我会向各位老师虚心请教，感谢老师们指出我的不足之处。

王洛梵

专业：英语语言文学

offer 名称：HR 管培生

就业单位：菜鸟网络科技有限公司

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

在读研期间，通过实习接触了解了几个就业方向的大致工作内容，比如在学校代课体验当老师的喜怒哀乐，也在互联网公司实习过不同的岗位，在毕业前也了解过考公，但是综合考虑之下，最后选择了在互联网公司工作。

首先是确定自己理想工作的一些要素，比如希望是成长比较快，能与外部市场多接触，工作氛围比较轻松的，再加上自己实习经验中探索自己喜欢、擅长的工作类型，慢慢就确定了在秋招的时候投报大厂。

当然，选择就业方向的时候还有一些现实因素需要考虑，比如薪资待遇、稳定度、工作强度和时长、未来职业发展的可能性等等，在考虑的过程中有看到这份工作需要承担的压力和困难，但最终还是希望自己能走到外面的世界看看，长出一些新的职业能力，保持进步和变化的可能，所以最后还是到企业工作了。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

我属于是跨专业就业，目前的工作跟英语没有太大关系。但是对于目前的企业来说，出海是一个新的热点和风口，许多大公司把能力增长的目光投向了海外。所以虽然目前还从事的是跨专业工作，但是说不定过几年会有用上外语能力的可能性，而很多公司愿意招海外/外语背景的应届生，也都是出于这个考虑，所以相信我们外语专业的同学在未来会越来越有竞争力的。但是话说回来，外语好的同学终究不少，留学生数量也很可观，要想拥有属于自己的竞争力，还是需要多积累实习的经验，以及发展出其他领域的能力来，比如传播能力、数据分析能力等等。对我自己来说，这些能力就是通过实习锻炼出来的，在挑选实习岗位的时候可以选择跨专业的类型，然后通过实际的工作打开自己的眼界，课后通过书籍、行研、网络咨询去深入了解各个领域，只有掌握足够多的校外知识，对行业有自己的看法和认知，外语能力才能成为锦上添花的加分项。

2.2 研究生经历分享

研究生阶段的学习更多需要发挥自己的积极性，导师是答疑解惑、提供适时引导的角色，更多还是需要依赖自己的兴趣和热情去开拓自我。能力提升上，其实没有太多的捷径，无非就是广泛地阅读，研究生阶段的课业节奏不会特别紧，所以有很多的时间可以用来阅读。有时候没有一定的阅读量，其

是没有什么很好地办法去面对自己的困难的，因为可能连困难是什么都不知道。只有积累了一定的眼界和学识，对这一领域有基本的了解后，才能做扎实的学术研究。另外，我觉得和其他同学保持适时的交流非常重要，多聆听别人的看法，多碰撞新鲜的思想，会让自己的进步更迅速，思维更敏捷。我也会通过 B 站的一些外文公开课、油管精良视频来帮助自己利用碎片时间较快地学习。最后，我觉得教学相长也是很好的锻炼方式，通过代课任教的经历，我会尝试把自己学到的内容教给别人，这一过程让我在短时间内精炼学习到的观点，并用最简单的语言进行准确的传递和沟通，对自己的进步来说是很有帮助的。关于实习和科研的平衡，一般实习可能会在寒暑假，我建议研一还是要以学习本身为重，做好每一篇课程论文，听好每一节课，实习可以在暑假这些时间进行，完全是来得及的，后面如果论文发表和毕业开题等能水到渠成地完成，就不愁实习的时间了。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

关于寻找实习机会，可以关注一下校内 CC98 的学长学姐实习转让招聘帖，一般会有最详细的咨询介绍，我一般是通过实习僧和大厂的官网来进行投递的。如果没有太多的实习经验，一开始不要给自己设限，可以从中小公司投起，也可以尝试自己没有做过的岗位。研二的时候我在实习僧上看到了一个关于海外传播的岗位，只是跟英语搭上了边但其实我没有太多传播相关的经历，但是投递后还是成功录取了，所以可以结合自己的兴趣和特长，多尝试，保持信心，可能会有意想不到的收获。实习期间不仅要关注自己的岗位需要做什么，更重要的是观察公司的氛围、业务的发展逻辑，这一领域的市场是怎么样的，是否适合未来发展，这样可能对于将来的职业选择会更有帮助些。如果毕业前有强转正的实习机会也不要错过，一般这会是比较稳妥拿 offer 的一种方式。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

1. 简历撰写

逻辑清晰，突出特点，让人有记忆点，每段经历中承担了什么角色，取得了什么成果（量化）要写清楚，针对不同特性的公司也可以做一些细微的调整，符合公司特质。

2. 公司调研

可以通过一些行业研究的公众号来了解，也可以通过小红书、脉脉来了解公司的优劣势，在面试前要清楚这家公司的主营业务、目前的发展重点、公司文化，以及你入职后在公司中需要承担什么角色，协同的上下游是谁。

3. 面试经验

在自我介绍上需要好好设计，可以结合你对这家公司的了解来谈，也可以突出自己的亮点，做到让别人有记忆点，也可以提炼下描述自己的三个关键词，展开来描述；在群面中不一定要担任组长或者总结人的角色，但是一定要帮团队梳理清楚逻辑，提出个人有建设性的、新颖的观点，帮助团队

拨乱反正或者提供新的思路，如果能纠正团队中出现的错误认识那就更好了，发言不在多但在于精；单面中善于讲述自己的故事，整理好自己重要项目的一些经历（最成功的、最失败的等等），描述背景+个人角色+做了什么+取得什么成果，可以再加上一点自己的小反思，或是对行业整体的一些认识，表现出对公司有一定的了解和充足的兴趣，就差不多了；反问环节可以问问面试官对于候选岗位的要求，团队的氛围和工作模式。最后，面试心态也很重要，让面试官感受到你的热情和期待，对于求职成功来说也可能是一种奇妙的加分。

杨诗琳

专业：俄语语言文学

offer 名称：物产中大化工集团俄语业务岗

就业单位：物产中大化工集团

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

地理要素。个人原因优先考虑杭州本地的就业机会。

1.2 专业要素。希望就业时能够发挥专业优势，继续从事本专业相关的工作。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

我最终就业部门是国际业务部，部门与俄语国家有工作往来，因此工作内容与本专业有比较大的关联，主要应用在文字和口头沟通方面。

2.2 研究生经历分享

就我个人而言，毕业论文的写作会带来比较大的心理压力，如果同时展开实习、就业等相关工作会导致压力变得更大。因此大家如果有实习计划，建议尽量安排在研一研二，同时尽早开展毕业论文的书写工作，防止与毕业各项事务撞车。

实习是一个能够帮助自己找到发展方向的好机会，建议同学们把握机会，尽早确定发展方向，少走弯路，避免浪费精力。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

1. 渠道

多关注 cc98、朵朵等校内平台，加入一些相关微信群，关注心仪企业单位的实习招聘信息，关注辅导员发布的相关实习信息，请学长学姐介绍推荐。

2. 感悟

我个人当时也在是否参与实习这个问题上纠结了很久，最终决定参与实习，并进入了京东集团进行了为期三个月的实习工作。这段实习经历使我受益良多：学习了一些工作方法和技巧，提前感受到了职场氛围，有利于之后尽快适应从学习到工作的阶段与身份变化等。这段实习经历在我求职期间或多或少都提供了一定帮助。

3. 建议

我的实习岗位与专业内容并不相关。建议大家在投简历时不要一份简历海投，而是做出有针对性的简历，根据公司或岗位具体情况进行调整，重点突出，语言简练；在面试之前做好背调，深入了解该公司、该岗位的相关状况，在 b 站、知乎、小红书等平台多多学习面试经验，提前预设好面试官

会问的问题，多做练习，降低临场发挥的可能性；在面试过程中不紧张，落落大方，充满自信，诚实沟通，保持亲和力和谦虚感；调整心态，面试官在面试中是在挑选同事，会综合考虑很多因素，因此不必因为几次失败而否定自己的优秀，保持信心，不断尝试，总能成功。

6. 求职准备

4.1 求职前准备

1. 简历撰写。

首先体现个人信息；罗列技能证书与获奖经历；描述过往学生工作与实习工作经历，重点突出你在工作中担任的岗位、做出的成就。

5. 公司调研

相关信息可关注：百度百科，公司网站，该公司最新发展动向与发展规划，行业内部大事等。

6. 面试经验

多方搜集该公司以往的面试形式与面试内容，将其作为重点准备对象。面试前多做练习，提前准备好自我介绍、履历、对公司/岗位理解、优缺点、个人成就等内容。避免紧张，调整好心态，表现出自信与从容；善于总结经验，通过一场场面试不断复盘，努力在下一场表现得更好。

姚瑶

专业：英语语言文学

offer 名称：江西省选调生

就业单位：待定

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

我选择成为一名选调生既是源于朴素的情感，也是源自理性的自觉。小时够跟随父母到基层的经历让我有了一份情怀，就是到基层做一些实事。现在选调生是国家的重大战略，我觉得能把自己的事业与国家重大战略结合起来，是非常有意义的。我也充分评估了自己的性格和能力，认为自己比较适合从事这样的工作。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

浙大自 17 至 23 届的江西选调生中，只有我一人是英语专业的。但我认为还是有一些岗位是对口的，比如与外事相关的岗位，如果是分到别的岗位，我认为也可以。总的来说是要应对更高的要求 and 更大的挑战。我认为需要维持专业上的水准，在需要时信手拈来，让优势叠加。而在平常的工作中，用自己的学习能力、创新思维、组织、沟通和管理能力去应对各种局面。

2.2 研究生经历分享

读博过程中，我所做的研究都是自己一步步探索出来的，这个过程非常艰辛，但是我认为很值得。有一些同学会想让导师直接给一个研究题目，但是师姐曾告诉我，自己的探索虽然慢一些，但是这其中阅读的积累、兴趣的增长、对衍生出来问题的思索有助于培养独立和持续的研究能力。当然在探索过程中也要向老师不断地请教，并注重时间的把握。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

我认为要利用各种可利用的资源。可以多关注学校和学院的资源，也不要忽视了家人和亲戚朋友的介绍。我曾经在暑假时到镇政府进行过实习锻炼，这让我对农村有了进一步的了解，也对基层政府的日常工作有了基本的了解。

3.2 国际化经历

我成功申请了留基委资助的赴英国交流一年的项目，但是因疫情没有出访。除此之外，我去澳门参加过国际会议。我认为关注申请项目的时间节点，早做准备，并积极向学长学姐取经是很有必要的。交流项目和会议都可以成为促进研究的契机，要始终把自己的研究贯穿其中，可以主动向外导介绍你

的研究，并说明需要哪方面的指导。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

就我的就业方向而言，备考时要多关注时政，关注省情知识，多训练作文，要找到几个小伙伴一起训练面试，进行模拟，依靠充分的训练保证自己在面试时不会过于紧张，且有知识储备。

赵瑾 Elayne

专业：英语语言文学

offer 名称：欧洲采购专员

就业公司：锂电新能源行业私企

1. 就业决策与规划

1.1 确定就业方向的原因

前期因为大部分同学的就业倾向以及家人意见而动摇过，但考虑到自己的兴趣以及在企业实习的体验，最后还是坚持自己的想法。我个人并不追求稳定的工作，相信在求职中唯有能力的不可替代性才是最大的底气，计划在选择的行业或岗位上深耕，在不同的平台上遇见和创造各种可能性，拓宽认知和视野，也期待自己能在挑战、挫折、磨练中快速成长。

2. 专业知识与技能提升

2.1 专业与职业的关联性

秋招一开始投递简历的时候，没有结合自身的经历和能力来选择合适的岗位，因此屡屡被挂。后期意识到自身“资源”所在，且个人有意愿在工作中应用语言能力，因此在求职中开始投递“业务+英语”的岗位，最后根据自己的性格、兴趣以及行业发展情况，选择成为锂电新能源行业的国际采购专员（尚未正式开展工作，暂不评价）。

2.2 研究生经历分享

1.（就业相关）英语语言文学专业的课程集中在研一完成，建议在学业任务不重的时候，多去参加学校/单位/企业实习。

2.（其他）建议尽情享受校园生活，多参加校内各类活动；不管有什么方面的困扰，主动寻求帮助或者努力找到解决方法，多给自己一点肯定，或许再往前走一走就能看到新的风景了。

3. 实习与国际化经历

3.1 实习攻略

勇敢尝试，无论想做什么岗位都可以试试看（非本专业可以自学/课程学习/参与项目，或者结合自身能力打造优势），有兴趣的尽管投出简历（根据岗位 JD 修改简历，罗列相关的经历和能力），投不投是自己的事，招不招是对方的事，没准投递简历后就收到面试通知啦。

4. 求职准备

4.1 求职前准备

面试前，一定要了解公司及其业务，熟悉面试岗位的工作内容和对应能力，做个简单的“岗位画像”，在自己的经历、能力和性格中找到匹配项，在面试中突出展示自身的竞争力，避开弱势因素。面试切记自信、坚定、主动、有条理，最好能让自己看起来外向一点（个人经验教训）。