



2019年教育部平安留学行前培训会

我们期待的留学生活的样子

兰州大学

管晓丹 张帆宇

2019.06.14



汇报内容

- 安 全
- 学 习
- 生 活
- 未 来



时刻树立正确的态度

三认同 + 三自信 + 三提升

三个认同

- 国家认同感
- 自我认同感
- 团队认同感

三个自信

- 文化自信
- 能力自信
- 人格自信

三个提升

- 专业提升
- 交流提升
- 魅力提升



中国的天是蓝的，中国的空气是甜的，
是国家给了我们机会！



安全

社会环境 + 学习环境 + 文化环境

基本法律

- 交通规则
- 规范行为
- 权利和义务

社会文化

- 学习文化
- 融入文化
- 求同存异

结交朋友

- 互相鼓励
- 互相支持
- 互相体谅





生活

- ◆ 熟悉环境，接受别人的帮助
- ◆ 对待别人的帮助要心存感谢
- ◆ 尽快融入环境，开始学习
- ◆ 学习计划生活
- ◆ 提供给别人帮助
- ◆ 降低对别人的要求
- ◆ 提高对自己的要求



学习

➤ 规划留学阶段的学术生涯

- ◆ 规划自己的国外学习生活
- ◆ 根据即将开展的课题选课
- ◆ 学会与导师交流和相处
- ◆ 结合导师已有课题选择研究方向
- ◆ 看文献学习自己不熟悉的知识和研究领域
- ◆ 写科研报告和学术论文训练组织与思考能力
- ◆ 做学术报告和交流训练表达能力

追求过程的完美，忽略结果的成败。

做简单的成功者，做深刻的怀念(恋)者。



你和你的导师

➤ 如何与导师相处

◆ 谈：常常找导师讨论和交流

- 讨论和交流项目和研究中的问题，共同寻找研究话题和解决方案。
- 事情都是自己的，没人强迫谁干任何事情。
- 正确的态度对待自己的导师和工作。

◆ 干：事情交代后尽全力完成

- 经验和知识获得后不是别人的是自己的 → 世界缺了谁都一样转。
- 没时间和没精力 → 世界唯一公平的就是赋予人每天的时间。
- 没干过不会做 → 西门吹雪之所以刀快是因为他苦练拔刀术。
- 没资料缺经验 → 没有想不到的，只有没看到的。
- 真的有困难 → 找导师商量可能是解决问题的重要途径。

每个人都是独立平等的个体，去和导师做良师益友。



导师各不相同-导师也是普通人





你和你课题组的成员





合作和交流的重要性



图片来自网络



做研究

➤ 在研究中做人做事

- ◆ 诚信做人，认真做事；
- ◆ 遇到问题，解决问题；
- ◆ 端正态度，用心做事；
- ◆ 长期规划，循序渐进；
- ◆ 探索求真，勤勉力行。

有人的地方就有江湖，任何地方的天和人都相同；
做有骨气、有节气、有义气、有霸气的中国科研人。

未来

- ◆ 不停的灵感都是基于长期不懈的学习和积累。

勤奋、执着、致思

- ◆ 思考是相伴一生的伙伴。

复杂的简单化，简单的简约化

- ◆ 生存技能一生受用，感谢你所经历过的孤独和寂寞。

选择正确的做人态度，实现自己的人生梦想

收获知识、收获朋友、收获经历

HOTEL HIMALAYA

