

# 上海赴外·国际组织实习生预备营项目

## 项目背景:

为贯彻习近平总书记在全国教育大会上的重要讲话精神，进一步落实《教育部关于促进普通高校毕业生到国际组织实习工作的通知》，上海赴外文化交流中心通过与重要国际组织签署合作协议、成为会员单位等方式，选派优秀高校学生以课程学习加实地参访的形式，努力培养合格的全球治理与国际组织人才。



**项目地点:** 上海市、扬州市

**项目天数:** 共 8 天，拟定 2025 年 1 月 13 日-2025 年 1 月 20 日（根据学校最终放假时间可能会有前后几天的调整）

**项目费用:** 5800 元人民币/人

**费用包含:** 住宿费、行前辅导、意外伤害保险、项目安排、嘉宾讲座、国际组织参访、场地、教材等费用。

**费用不含:** 交通费、中餐晚餐、个人消费等费用。

**项目收获:** 认识国际组织、开拓国际视野、提高综合素质提供有效途径。

## 证书获得:

- 1) 上海赴外-国际组织实习生预备营实训证书
- 2) 上海赴外与其中一家国际组织共同颁发的参与证书



## 参访相关国际组织：

### 世界运河历史文化城市合作组织-WCCO

WCCO 是由世界各国运河城市和相关经济文化机构自愿结成的非营利性国际组织。我们的全称是世界运河历史文化城市合作组织（英文译名：World Historic and Cultural Canal Cities Cooperation Organization，缩写为 WCCO），成立于 2009 年目前组织住所和秘书处设在中国江苏省扬州市。致力于以运河为纽带，促进运河城市间经济文化交流，共享发展经验，推动互利合作，促进运河城市共同发展和繁荣。

### 联合国工业发展组织全球创新网络项目上海全球科技创新中心

联合国工业发展组织 United Nations Industrial Development Organization（简称 UNIDO）成立于 1966 年，由 170 个成员国组成，总部设在奥地利维也纳，是致力于促进全球发展的联合国专门机构，努力完成减贫、包容性全球化和环境可持续性方面的目标。宗旨是通过开展技术援助和工业合作促进发展中国家和经济转型国家的经济发展和工业化进程。

## 欧盟中国委员会长三角合作中心

欧盟中国委员会（英文简写：EUCNC）是依据欧盟总部所在地相关法律批准成立的非营利性组织，按照欧盟宪法和欧盟成员国的法律法规，开展国际间的合作与交流。

## 外交部南南合作促进会(上海办事处)

南南合作促进会是经国务院批准成立、具有独立法人地位的全国性、联合性、非营利性社会组织，接受外交部的业务指导和民政部的管理监督。

### 项目嘉宾介绍：



宋允孚司长

原卫生部外事司长、世界卫生组织前联合国改革与伙伴关系协调员 19 岁留学摩洛哥，美、法进修，获联合国英法文证书，40 年外事工作经验。 著作：2011 年国内首部专著《做国际公务员》、2016 年教材《国际公务员与国际组织任职》、2017 年合著《新编公务员外事礼仪》、2019 年主编《国际公务员素质建设与求职指南》、2020 年合著《全球治理家国情怀 国家公务员的成长》为中组部、外交部、人社部、卫健委、工信部、农业部、国防部等国际组织后备人才培训班及各地高校讲座 300 余场北京大学等 29 所高校聘为客座教授、国际组织人才培养导师，及中国联合国协会、教育部中外人文交流中心等机构的理事、指导委员会专家。



杨丽 教授

博士，北京师范大学中国社会管理研究院/社会学院副教授、硕士生导师，北京师范大学国际 NGO 与基金会研究中心主任。中国人民大学法学院博士，清华大学公共管理学院博士后，2017-2018 中美富布赖特访问学者。



2017.9—2020.3 就读于上海外国语大学高级翻译学院。荣获研究生国家奖学金、上海市优秀毕业生、复旦大学“荣昶高级学者”、上海外国语大学一等学业奖学金、上海外国语大学优秀学生等荣誉；曾先后为保时捷中国、清华大学、上海中医药大学、PKF 德美律师事务所、传思律阁法律咨询有限公司、联合国新闻媒体司提供翻译服务。2020.1—2020.6 赴联合国纽约总部全球传播部新闻媒体司网站事务科实习，担任翻译及中文网站助理。



## 行程示例:

### 2025 年寒假国际组织实习生预备营行程示例

线上课程					
第一天	上午	联合国教科文组织国际农村教育研究与培训中心副主任—赵玉池	联合国教科文组织与全球教育治理—兼谈国际组织需要的核心能力	腾讯会议	
	下午	北京师范大学国际 NGO 与基金会研究中心主任、副教授—杨丽	国际 NGO 与中国社会组织国际化	腾讯会议	
第二天	上午	上海赴外文化交流中心主任—陈超	国际组织经营思路	腾讯会议	
	下午	联合国教科文组织国际农村教育研究与培训中心项目助理—王思瑶	国际组织基于结果的项目管理 (Results-based management)	腾讯会议	
线下参访					
第一天	全天	抵达上海报到			酒店
第二天	上午	开营仪式	上海赴外文化交流中心	开营仪式	上海市
	下午	爱国主义教育	上海赴外文化交流中心——工作人员	参访中共一大会址、纪念馆	上海市
第三天	上午	走进国际组织——系列活动 (一)	欧盟中国委员会长三角合作中心	欧盟中国委员会介绍 欧盟中国委员会长三角合作中心介绍	上海市
			原联合国纽约总部全球传播部新闻媒体司网站事务科实习员工——徐博闻	联合国工作分享 (联合国实习规划/面试技巧/对未来发展的影响)	
	下午		欧盟中国委员会长三角合作中心/联合国工业发展组织全球创新网络项目智能产业促进中心	国际组织模拟面试	
第四天	上午	走进国际组织——系列活动 (二)	联合国工业发展组织全球创新网络项目上海全球科技创新中心——刘晶博士	联合国工业发展组织全球创新网络项目上海全球科技创新中心介绍	上海市

	下午		联合国工业发展组织全球创新网络项目碳中和全球促进中心——陈斌博士	走进联合国系列活动——联合国可持续发展目标活动 ESG 相关内容介绍及案例分享	
第五天	上午	走进国际组织——系列活动（三）	外交部南南合作促进会——上海办主任洪涌清	1. 联合国组织机构介绍 2. 欧盟组织机构介绍	上海市
	下午		自由活动		
第六天	上午	出发扬州			酒店
	下午	参观中国大运河博物馆			扬州市
第七天	上午	走进国际组织——系列活动（四）	世界运河历史文化城市合作组织（WCCO）秘书处	1. 参观三湾生态文化公园 2. 参访 WCCO 秘书处 3. 嘉宾分享：WCCO 秘书处	扬州市
	下午		世界运河历史文化城市合作组织（WCCO）秘书处 上海赴外文化交流中心	国际组织课题小组路演	扬州市
第八天	上午	结营仪式	上海赴外文化交流中心	1. 学生代表发言 2. 上海赴外总结发言 3. 颁发上海赴外文化交流中心项目实训证书 4. 合影留念	扬州市
	下午	返程			
<p>严格按照上海赴外文化交流中心完成项目实训的同学将获得由上海赴外文化交流中心颁发的实训证书以及上海赴外文化交流中心与其中一个参访国际组织共同颁发的实训证书。</p> <p>注：因受国际组织工作安排等客观因素影响，主办方可能会根据国际组织的要求调整国际组织参访行程及嘉宾安排。</p>					

## 报名信息:

1. 拥护中国共产党的领导、热爱祖国、品德优良、身体健康，具有较强的学习能力的、年满 18 周岁的在校生；
2. 学习成绩优良，综合素质较高，无不良嗜好；
3. 对国际组织和运作感兴趣；
4. 具有较强的适应能力及团队意识。

**报名截止日期：** 2024 年 x 月 x 日

本通知未尽事宜请咨询上海赴外文化交流中心

上海赴外文化交流中心

## 附录

### 部分学生感言（节选）

#### 学生感言-西安交通大学-封小航

参加了国际组织实习生项目，我感觉收获很多。这个项目对我来说是一次非常宝贵的人生经历，它不仅拓宽了我的视野，也让我对国际组织的工作方式有了更深入的了解，还让我认识了很多有趣的朋友，并且顺便看到了很多美丽的风景。

首先，我深深地感受到了国际组织的使命感和责任感，为了共同的目标而共同奋斗。我们参观了很多的国际组织办公处，有的单位只有几个人，有的单位并不像我们想象中那么高端奢华，但是在国际组织工作的人都有一种昂扬向上和充满责任感的精神状态，而这一点我觉得很值得我去学习。尤其是洪涌清主任的讲座，给我留下了深刻的印象。我不仅学到了很多待人接物的礼节，还学到了申请国际组织的一些经验，做外交官的一些必备素质等等。洪局的个人魅力也让我很有感触，他真的很有气质，举止优雅，待人接物也没有架子，温润平和，值得我们学习。在模拟面试的活动中我也收获满满。



其次，我认识到了沟通合作的重要性。在国际组织中，沟通是日常工作中不可或缺的一部分。通过本次活动，我学会了如何有效地表达自己的观点和想法，如何倾听他人的意见和建议，以及如何



如何在团队中发挥自己的作用。这些技能不仅在项目过程中发挥了重要作用，也将对我未来的职业生涯产生深远影响。一次小

组展示和一次路演，我和不同的成员合作，第一次还是和完全不认识的同学合作，交流沟通分工合作是我最大的感受。路演时也展现了我们小组强大的合作能力，我们分工科学，尽力发挥出每个同学的优势！汇报的时候虽然前面花费的时间比较多，但是后面我和另一位同学把语速飏到飞起，我们组还是完美的在规定时间内展示出了我们的成果！搞笑合作 yyds！（ps:就我个人而言，在被评委老师提问拉赞助相关问题时，个人感觉回答很好哦，自夸！！！bushi 尤其是感受到了自己之前在学生会干外联，了解赞助和外访交流，还有问卷调研等等对我的综合能力有了很大提高。）



读万卷书，行万里路。特种兵大学生一枚，白天参加项目，晚上自由活动时间就打卡当地特色景点，震撼很大，也看到了很多很美的景色。看到了上海的繁华，十里洋场灯光璀璨高楼大厦；看到了春风十里扬州路，淮左名都，竹西家处，却是被大运河博物馆折服，或许也算是揣摩回顾了一番隋炀帝下扬州的历史；半

天极限逛了苏州，平江路的猪蹄好吃，江南的桥屋水船别有韵味，拙政园独具匠心可惜来错了季节，夜晚的山塘街灯下游船很美；项目结束后顺路去了南京，一座据说和我很契合的城市，穿旗袍逛了瞻园和总统府，南京的雨秦淮的水，本想夜泊秦淮近酒家可惜没来得及。一路上看到了很多风景，也许未来的我会在其中的某个城市定居，也许不会，但总归不虚此行！

最后的最后，总结一下：不负此行，收获颇丰！





## 学生感言-哈尔滨工业大学（威海）-王旖玥

作为国际组织实习生预备营的一员，我度过了充实而难忘的一周。在这次预备营中，我有幸参观了上海的一些国际组织机构，参与了各种活动和讲座，还进行了实践，收获颇丰。



### 开营仪式和参观活动

第一天，我们在上海赴外文化交流中心举行了开营仪式。我们在这里迎接了这次预备营的全体成员，随后我们分成六个小组，和大家进行了初步认识。随后，我们前往中共一大会议址参观，深刻感受到了中国共产党的创建历史和精神。

第二天，我们前往联合国工业发展组织全球创新网络项目上海全球科技创新中心。在这里，经过博士的讲解，我们深入了解了全球科技创新的最新趋势和发展方向。我们进行了关于可持续发展目标（SDG）的PPT展示，两个小时做PPT的过程，很快乐，很激动。



### 讲座和路演

第三天，我们有幸参观了欧盟中国委员会长三角合作中心并参与了国际组织模拟面试。这是一次宝贵的机会，让我们能够身临其境地感受国际组织的工作氛围和流程。第四天，我们聆听了外交部南南合作促进会上海办主任洪涌清的讲座。作为一名外交官，他的分享让我们对外交礼仪有了更深入的理解，也激励了我们对国际事务的热情和责任感。第五

天，我们全都花在了去扬州的路程上哈哈。第六天上午，我们参访了世界运河历史文化城市合作组织秘书处，这是一次对世界历史文化的深度体验。下午，我们进行了国际组织课题小

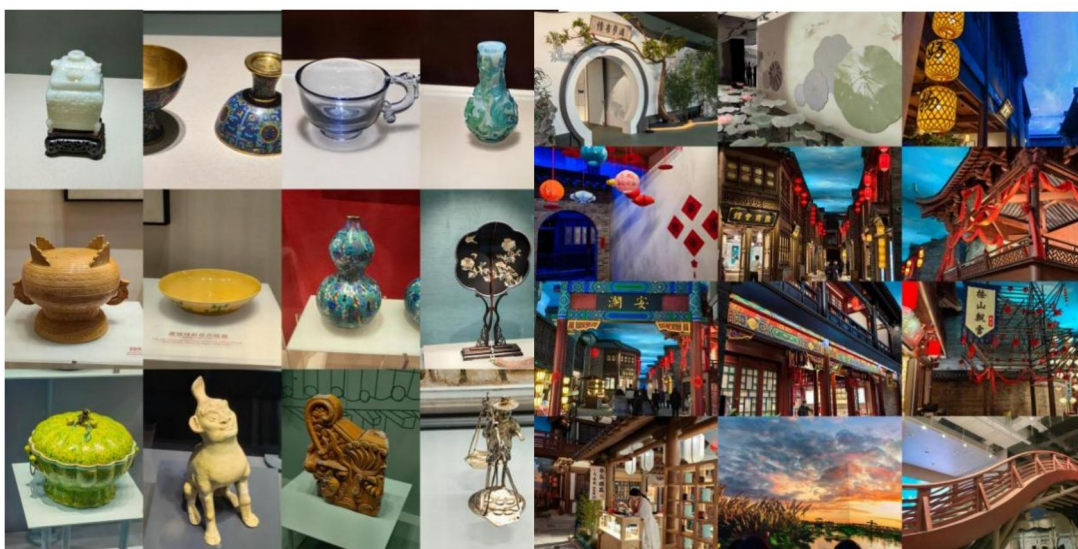


组路演和结营仪式，路演都很成功，结营仪式很快乐，也为这次预备营画上了圆满的句号。当天晚上我们去怡园聚了餐，然后去扬州的东关街溜达，买了很多纪念品。

## 结营参观

最后一天，我们去了中国大运河博物馆参观。这是一次对中国传统文化和历史的全面了解，也是对这次预备营的美好收官。

整个行程充满了收获和快乐，我深刻体会到了国际组织实习生的责任和使命。这次预备营让我更加坚定了投身国际事务领域的决心，也为我未来的职业发展指明了方向。我将永远珍惜这次难得的经历，感谢上海赴外为我们提供了这样一个难忘的机会。



## 学生感言-山东科技大学-孙宇昊

在1月26日一早，我踏上了上海赴外组织的国际组织实习生预备营活动，在去上海的路上我的心情是忐忑的，害怕与其他同学的相处以及害怕自己的表现。在入住的第一晚，我结识了来自苏州的舍友，我们相谈盛欢，度过了美好的一个夜晚。

第二天一早，我们去参加了开营仪式，这是我第一次见到我们小组的成员，大家来自不同的学校，刚开始我还有点羞涩，但随着组内的哥哥姐姐开始与我们交谈，我也慢慢开始融入到我们组内的讨论，没过多久，大家就逐渐熟络起

来。我们在短暂的闲逛之后，来到了我们这一站的第一个目的地——中共一大会址。我们在这里了解到了许多关于党史的知识。紧接着我们就去欣赏了外滩的夜景，见证了魔都上海的魅力。

第三天，我们去参观了联合国工业发展组织上海全球科技创新中心，在这里我们听了陈斌博士的演讲，明晰了 SDGs 和 ESG 这两个概念，在下午的时光中，大家通过小组合作共同完成了一个项目规划。通过一天的听讲和小组探讨合作，增长了不少见识和知识，也在许多同学身上学习到了很多，同时也发现了自己的许多不足。

第四天，我们来到欧盟中国委员会，听取了跨境电商板块负责人史主任的分享以及上外优秀学长徐博闻的经验介绍，让我对自己未来的规划有了更加清晰明了的认识。下午我们在欧盟中国委员会组织了国际组织模拟面试，在这个面试中，感觉到自己还有许多需要去争取，还需要不断丰富自己的经历，才能站上更高的平台去实现自己的理想和抱负。



在上海的最后一天，我们听取了洪涌清局长的讲座，洪局长为我们讲述了他作为一个老外交官的经历和见闻，我们大家都听得非常认真，也时常被洪老的幽默给逗笑，讲座结束后，也很荣幸和洪老合影留念，洪老也表达了对我们年轻一辈的殷切嘱托。



我们来到扬州之后，参观了世界运河历史文化城市合作组织以及运河博物馆，了解到了许多关于运河的历史文化。我们还在扬州举行了路演和结营仪式。

八天的时光很短暂，但我们在此次活动中收获的友情和知识却能让我们终生难忘，感谢上海赴外组织为我们提供了这样一个平台，让来自全国各地的同学一起度过这样一个难忘的时光。

### **学生感言-湖南农业大学-李卓达**

作为一名国际组织实习生预备营的参与者，我有幸在一个充满活力和学术氛围的环境中度过了这段宝贵的时间。在预备营的一周里，我获得了丰富的知识，提高了自己的技能，并与来自不同学校和地区的同龄人建立了深厚的友谊。在这篇心得体会中，我将分享我在预备营中的经历和收获。

首先，预备营为我们提供了一个全方位的学习平台，让我们更加深入地了解国际组织的运作机制和全球事务。通过一系列专题演讲、研讨会和工作坊，我们对联合国、世界银行等重要国际组织有了更清晰的认识。专业的讲师向我们介绍了国际组织的历史、目标以及其在全球发展和可持续发展方面的作用。此外，我们还学习了外交等重要概念和原则。这些知识的积累为我们今后从事国际事务和合作提供了坚实的基础。

其次，预备营注重培养我们的领导力和团队合作能力。通过小组项目和模拟演练，我们学会了如何有效地与他人合作，协调不同意见，并共同完成任务。这些活动鼓励我们提出创新的解决方案，培养了我们的批判性思维和问题解决能力。在这个过程中



我学到了如何倾听他人的观点，接受不同的意见，并寻求共识。这不仅对于未来从事国际事务和跨国合作至关重要，而且对于个人的成长和发展也具有重要意义。

此外，预备营还为我们提供了机会与国际组织的工作人员和一线官员进行互动交流。他们分享了自己的工作经验，讲述了他们在国际事务中面临的挑战和取得的成就。这些珍贵的经历激发了我们的灵感，增强了对国际事务的认识和理解。我们有机会向他们请教问题，获取宝贵的建议和指导。这种与专

业人士的直接接触，不仅拓宽了我们的眼界，还激发了我们对国际组织工作的热情。

最后，预备营还安排了实地考察和文化交流活动，为我们提供了参观当地的景点、博物馆和企业的机会。这些活动让我们深入了解了当地的文化、社会经济发展以及教育体制等方面。这样的交流和体验增强了我们的包容性和文化敏感度，为今后在国际事务中更好地处理不同文化之间的关系提供了宝贵的经验。



总之，国际组织实习生预备营是一次难得的机会，让我们更好地了解国际组织的运作机制和全球事务。通过学习知识、培养领导力和团队合作能力，并与专业人士进行互动交流，我们得到了全方位的成长和提升。预备营不仅让我们

拓宽了眼界，增长了见识，而且为我们今后从事国际事务和合作打下了坚实的基础。我将永远铭记这段宝贵的经历，并将其视为我未来发展的重要里程碑。

## 学生感言-浙江外国语学院-倪晔

本次游学我们学习了解世界的方法，体验了不同国际组织的架构，感受到了中国的力量。我想是一次阅己、越己和悦己的过程。



阅己：知不足而奋进，望远山而前行。在本次活动中我意识到个人特质与团队合作是同样重要的，要想项目成功必须二者兼顾。在此之前我一直是团队的领导者的角色，习惯于主导和推进项目

进度，但在本次活动中我的身份是小组成员，所以我能更加了解到团队精神对整个团队的影响。我很欣赏我们组长的领导能力和个人特性，她做到了两者兼顾。工作时她的效率很高，能一丝不苟的分配工作，完成工作。同时她是极具耐心，善意的一位领导者，她会认真地听取每一位成员的意见并尽可能的融

到项目到中去，形成集体智慧结晶，这是性格急躁，极致追求效率并以自我意见为主的“我”应该去学习的。除此之外，西交大的同学们在一些方面应喻为“远山”，她们的思维逻辑、辩证视野与强大的内核是我所倾佩的。

越己：远飞者当换其新羽，善筑者先清其旧基。越己是超越自我，先破后立的一个过程。挑战用英文写简历，与外籍面试官面试；探索可持续发展，培养国际组织商业运营思维，不断地去涉足未知的领域。我想大多数人应该猜不到我其实是一个 i 人，不愿意踏出社交舒适圈，喜欢从自己身上汲取能量。但本次游学我却从小组取名开始就积极地打破自我，到后来每一次汇报我都主动要求成为发言人、向老师提问，和其他小组的同学交流攀谈，每一步都是在突破自设的局限，我很满意。

悦己：活在当下，不必焦虑。我为我处于 Fab8 小组而感到幸福，个性分明的八个人相遇了，必定会碰撞出不同的火花。我们叫着怪异的昵称，在夕阳映照下的上海街头骑行，在充斥着文艺气息的书店阅读，在灯火通明的夜上海肆意溜达，拍着只属于我们 Fab8 出演的“花儿与少年”。我在她们每个人的身上都看到了一种名为“大自然有千万种绿，我不必满足某人期许，只管自己绿”的特性，会学会玩，没有焦虑。我时常想，是不是不相聚就不会有分别，但所幸有你们在不同时间的出现，让每一瞬间都很完满。

追风赶月莫停留，平芜尽处是春山。

