AI酋长Andy

GLOBAL CAREER FIELD GUIDE / 2026.11

中国留学生求职全局

保姆级攻略

决定去哪就业，走哪条路线，什么时候行动。

在读 / 毕业前 / 毕业后 / 回国

北美 · 欧洲 · 亚洲 · 大洋洲 · 回国求职

完整中文攻略 · 可编辑模板 · 官方来源 · 可打印行动表

微信 AIPMAndy　公众号 AI酋长Andy

metaver.vip / www.a6no1.cn

v1.0.0 | 核验日期 2026-11-13

READING MAP / 目录

把路线想清， 把动作做实。

点击目录标题可跳转。各地区独立核验，来源和覆盖缺口请与正文一起使用。

地区导航与使用边界 4
从你现在的位置开始 5
留当地、去第三地，还是回国 6
把四个时钟放进一张时间表 8
逐行读招聘原文，先过资格关 9
选岗位：从能力证据到目标清单 12
用好学校、校友、官网与招聘活动 13
中英文材料：一套事实，多种表达 15
投递、跟进与卡点诊断 16
面试：把经历讲清，把条件问清 18
比较 Offer：先可入职，再比较价值 19
四类常见障碍，逐个拆解 21
回国衔接：招聘、学历材料与到岗 22
AI辅助：整理、练习、检查 23
30天行动计划与验收 25
怎样使用来源、更新与咨询 27
地区覆盖缺口与补充方法 28
美国 30
加拿大 31
英国 32
爱尔兰 33
德国 34
法国 35
荷兰 36
瑞典 37
芬兰 38
瑞士 39
香港 40
澳门 41
台湾 42
日本 43

韩国 44
新加坡 45
马来西亚 46
阿联酋 47
澳大利亚 48
新西兰 49
路线决策表 50
时间表 51
岗位资格检查表 52
申请材料清单 53
联系与跟进记录 54
申请台账与周复盘 55
面试复盘表 56
Offer比较表 57
联系邮件与消息模板 58
中英文申请材料骨架 62
AI 辅助求职提示词 67
官方来源与核验记录 69
带着问题，继续往前走 81

REGION INDEX / 地区导航

地区导航与使用边界

大区	地区（可点击）	本版核验深度
北美	美国	已核验基础路径
北美	加拿大	已核验基础路径
欧洲	英国	已核验基础路径
欧洲	爱尔兰	已核验基础路径
欧洲	德国	已核验基础路径
欧洲	法国	已核验基础路径
欧洲	荷兰	已核验基础路径
欧洲	瑞典	已核验基础路径
欧洲	芬兰	已核验基础路径
欧洲	瑞士	已核验基础路径
亚洲	香港	已核验基础路径
亚洲	澳门	待补充
亚洲	台湾	待补充
亚洲	日本	已核验基础路径
亚洲	韩国	待补充
亚洲	新加坡	已核验基础路径
亚洲	马来西亚	待补充
亚洲	阿联酋	待补充
大洋洲	澳大利亚	已核验基础路径
大洋洲	新西兰	已核验基础路径
回国	回国求职	已核验基础路径

其他国家的待补充清单见“覆盖范围与缺口”。本册不覆盖非洲、南美洲；不声称覆盖所有国家或个人情形。

01 / 通用实操

从你现在的位置开始

留学生求职，先解决三件事：你能在哪里合法工作，哪一轮招聘接受你的毕业日期，你还有多少准备时间。简历和面试，放在这三件事之后。

这本手册面向在读、毕业前、毕业后和准备回国的中国留学生。覆盖北美、欧洲、亚洲、大洋洲的部分国家与地区，以及回国求职；非洲和南美洲不在本项目范围。地区导航展示实际核验深度，不代表已经核验每一个国家、学校、雇主或个人身份。

四个起步入口

当前状态	今天先做	本周应得到
在读，距离毕业还有较长时间	查课程结束日、实习限制、Career Service 权限	一条主路线、一条备选路线、当地实习核验清单
即将毕业	把毕业日期、许可申请窗口和招聘截止日放进同一张表	带最早截止日的倒排计划
已毕业，仍在境外	先确认当前停留与工作权利、剩余现金和离境节点	可执行的求职期限与切换条件
已回国或准备回国	查目标雇主的应届生范围、到岗条件和认证要求	校招/社招两条清单与回国衔接表

“毕业前”是任务入口，不是法定身份。课程完成、学校确认完成、学位授予、毕业典礼、签证到期，可能是不同日期。全部分开记录。

第一小时：建立你的事实卡

准备什么： 学校官方课程信息、现有许可上的条件、可用现金、三条感兴趣的招聘原文。证件原件留在本人安全设备，不上传到公开仓库。

具体怎么做： 在路线决策表填入学习地、学位层级、课程结束时间、学位证日期、当前身份、现有工作权利、最早可入职时间、语言、目标岗位和预算。不能确定的字段写“待确认”，不要凭同学经历填“可以”。

得到什么： 一页事实卡。上半页只写已有证据，下半页写待确认的问题、负责答复的人和最迟确认时间。

如何验收： 一个不认识你的人看完后，能说出你目前能申请什么、最急的问题是什么。每个硬条件都有来源或明确的待核标记。

卡住怎么办： 身份问题问学校国际学生办公室或政府指定渠道；岗位范围问雇主；材料与申请策略问 Career Service。不要把这三种问题混成一句“我能不能留下”。

七天最小行动

1. 第一天：完成事实卡，圈出最早的硬截止日。

2. 第二天：对比留当地、第三地和回国三条路线。

3. 第三天：采集目标地区同一类岗位的真实招聘信息，先做五条深读。

4. 第四天：做一份定向简历和一页经历证据表。

5. 第五天：预约一次学校服务，发出两封有具体问题的校友联系邮件。

6. 第六天：提交首批确实符合门槛的申请，保存回执。

7. 第七天：复盘卡点，更新路线和下一周计划。

这里的数量是行动建议，不是录用公式。如果许可或招聘窗口即将结束，先处理硬截止日，再安排训练。

读本与工具怎么配合

正文用于理解判断，地区页用于查具体差异，工作簿用于记录自己的决策。PDF 适合阅读与打印；网站提供地区筛选、章节阅读和下载。免费内容完整开放，无需先加微信。

本册负责通用路线和申请流程。AI、产品、商科等专业能力训练属于后续独立专题；在专题地址实际存在并核验之前，不放占位链接。

作者：AI酋长Andy（星觉科技 · 北京）。 背景由作者提供：流量 AI 联合创始人、星觉 AI 创始人，提供求职咨询、求职陪跑和 AI 相关服务。本版不使用未经核实、未经授权的学校、客户、Offer、薪资或成功率案例。

---

02 / 通用实操

留当地、去第三地，还是回国

先筛掉当前走不通的路线，再比较剩下的选项。工作资格、雇主要求和时间冲突是硬门槛，不能靠“喜欢这座城市”或总分较高抵消。

把三个选择放在同一张桌上

路线	先核对的条件	额外成本	常见时间冲突
留在学习地	毕业后路径、当前可工作范围、雇主是否接受现有许可	当地房租、保险、求职交通、申请费	课程完成与许可申请；许可有效期与入职日
去第三地	是否接受境外申请、目标地工作资格、雇主担保或当地毕业生条件	搬迁、认证、翻译、机票、可能的重复租金	申请地点限制、到岗要求、审批与招聘节奏
回国就业	雇主定义的毕业时间、招聘类别、学历认证与到岗要求	回国交通、过渡住宿、认证、城市迁移	学位证签发与校招；海外考试与国内面试

海外学历不会自动产生第三地的工作权利。跨境远程岗位也要确认实际用工主体、允许工作的地点和身份条件，不能从“remote”推导为“可在任何地方工作”。具体路径以地区页的官方来源为起点。

路线决策五步

准备什么： 事实卡、各路线至少三条仍有参考价值的真实岗位、政府路径说明、学校支持渠道、自己的预算底线。

具体怎么做： 第一轮只判断硬条件，填“已确认可行 / 有条件可行 / 待确认 / 当前不符合”。第二轮比较岗位匹配、语言、支持网络、现金压力、到岗时间和个人偏好。第三轮为首选和备选各写一个最迟动作日期。

得到什么： 一条主路线、一条并行备选，以及一条当前暂缓的路线。每条路线都写明“为什么”“缺什么”“何时重新评估”。

如何验收： 你能说明主路线失败时的切换动作；关键资格的“待确认”没有被写成“已满足”；你没有同时维护大量无法投入时间的国家和岗位。

卡住怎么办： 如果三条路线都缺信息，先挑最容易得到官方回复的一项核实。若预算无法支撑等待，把能较早开始合法工作的路线提高优先级，减少探索范围。

钱和时间一起算

不要只看税前工资。先估算“求职阶段能坚持多久”，再估算“拿到工作后能留下多少”。金额统一币种、写明汇率日期，并保留原币金额。

使用工作簿时，先从总资金中扣除不动用的应急储备，以及不打算列入表内的固定义务，得到“可动用预算”。表内单列的一次性搬迁、申请等成本此时还没有扣除。预算月份 =（可动用预算 - 表内一次性成本）÷ 每月必要支出。每笔费用只扣一次，不把已经扣过搬迁费用的净额再次填入预算栏。这个计算不改变任何法定停留期限；实际可等待时间还受身份、招聘和家庭安排限制。

每月必要支出至少包含房租、基本生活、交通、保险以及必须偿付的账单。未知支出填写待补，不能默认为零。潜在收入、未获批奖学金和未兑现 Offer 不算已有现金。

写出切换规则

用可观察条件代替情绪：“到【日期】仍未确认【关键许可/雇主条件】，就暂停新增该路线申请，执行【备选动作】。”另设一条预算条件和一条个人底线条件。

同时写清哪些情况不构成切换理由。一次拒信、一位同学拿到 Offer、社交平台的一条高薪帖子，都不足以单独决定迁移。保留这些信息，但让自己的资格、岗位样本和现金安排主导决定。

如果需要个人诊断，可以把不含证件号的路线表带给学校顾问，或联系 Andy。咨询帮助梳理选择，不代替政府或雇主对资格作决定。

03 / 通用实操

把四个时钟放进一张时间表

留学生容易错过机会，往往是因为只看“秋招、春招”，没有同时看学业、身份和入职条件。本章提供倒排方法，不把任何月份写成全球统一招聘时间。

四类日期必须分开

时钟	应记录的日期	去哪里核实
学业	课程完成、最终成绩、学校确认、学位授予、证书可取得日	Registrar / 学生服务 / 院系官方通知
身份	当前许可截止、申请最早和最迟日、地点要求、工作可开始日	主管机关与学校国际学生办公室
招聘	开放日、截止日、滚动审理、考试、面试、项目入职批次	雇主本年度招聘页与招聘人员书面答复
生活	租约、搬迁、回国、证件领取、必要支出日期	已有合同、订单与本人计划

每个时间字段附上时区。平台显示的“23:59”必须确认对应哪一个地区。把平台截止时间提前留出上传和技术故障余量，是个人安排，不是官方延长。

用目标入职日倒排

准备什么： 一条目标岗位、学校学业时间表、当前身份条件和现有生活安排。

具体怎么做： 从“最早能履行入职条件的日期”倒排。先标学位/认证/工作许可等依赖，再标招聘动作。不能确定审批速度时，用官方当前说明和保守余量做范围，不承诺具体获批日。

得到什么： 一张个人日历，每项有负责人、前置条件、官方截止日、个人计划日和完成凭证。

如何验收： 关键动作没有排在其前置条件之前；每周至少检查一次临近事项；没有把“提交申请”误写成“已获批准”。

卡住怎么办： 学位证暂未签发时，询问雇主能否先用学校正式完成证明进入流程，以及何时必须补齐。保留书面回复，不自行替换所要求的文件。

不同招聘节奏怎样跟

统一批次的 graduate programme：保存当年的项目页面、毕业范围和入职月份；从开网就跟进，不能用上一届时间表做今年截止依据。

滚动招聘：看岗位是否仍开放、职位编号是否改变、有无提前关闭说明。滚动不等于永不截止。准备好最低合格材料后尽早申请，再按系统允许的方式更新。

实习转正：先问实习是否面向在读、能否毕业后参加、实习期间是否合法工作、是否有转正流程。没有书面信息时，不把转正视为已获得的机会。

即时社招：核对经验和到岗要求。人在海外、几个月后才能到岗时，应尽早说明准确时间，不等到最终轮才揭示。

一个可复用的提醒规则

为每个硬截止设置三次个人提醒：第一次检查材料是否齐全；第二次验证系统账户与文件格式；第三次完成最终核对与提交。间隔由真实准备量决定。

换国家或回国时，新建一条日历，不覆盖原来的事实。某地求职停留期能否离境后重新进入、在境外是否能申请、申请待审期间能否工作，都要分别核验。

本书标注的核验日期为 2026-11-13。对未来生效的变化，地区页会明确区分公告、现行条款与尚有冲突的信息。

---

04 / 通用实操

逐行读招聘原文，先过资格关

同一家跨国公司，不同国家、岗位和项目的工作资格要求也可能不同。雇主有担保资质，不代表该职位提供担保；没有写担保，也不代表一定提供或一定不提供。

一条岗位拆成八组字段

字段	要回答的问题	保存什么证据
招聘主体与工作地	谁签合同？实际在哪工作？	官方职位编号、地点和主体
招聘类别	实习、graduate、entry level 还是 experienced？	招聘类别原文
毕业条件	按课程完成、学位授予还是入职时在校判断？	日期范围与计算依据
必须条件	哪些是 required / essential / minimum？	对应的真实能力或证书
优先条件	哪些是 preferred / desirable？	已有证据和可补缺口
工作资格	现在能否合法工作？受哪些限制？	许可类别、期限与允许范围
未来担保	入职后是否需要雇主办理？该岗位是否支持？	岗位说明或招聘方答复
申请方式	截止何时？评估能否用AI？材料格式？	官方流程、规则与回执

两个常见问题不是一回事

“现在是否有权在这里工作”和“现在或将来是否需要担保”要分开回答。临时毕业生许可可能使前者在特定期限和条件下为真，但不一定使后者为否。先用本人条件核对，再依据表单的具体定义填写。

不要为了进入下一页随意选 Yes/No。系统只有二选一、你的情况复杂时，向招聘方询问该字段的定义，保留回复；不能假装已有永久工作资格。

资格核对五步

准备什么： 完整 JD、岗位编号、学校证明、现有工作许可条件、目标地官方说明。

具体怎么做： 先复制与自己相关的短条款到私人资格表，逐条填“原文是什么 / 我的事实 / 对应证据 / 是否符合 / 未解决问题”。对冲突信息按岗位原文、雇主解释和主管机关规则分别核实，不能用其中一种代替另一种。

得到什么： 一张能决定“现在投、先问、换职位”的资格表。对担保问题最多写“岗位明确支持 / 明确不支持 / 未说明”，不要推测成确定结论。

如何验收： 所有最低门槛都已有对应事实，或明确列为待澄清；简历、网申和邮件里的毕业日期、经验、资格说明一致。

卡住怎么办： 用模板询问：“For requisition [ID], does this role consider applicants holding [accurate status], and is employer sponsorship available when that permission ends?” 只填真实、必要的信息。没有回复时保留未知，并继续其他已确认可行的岗位。

官方招聘页的实际读法

华为校园招聘的官方检索摘要把国内本科硕士和海外高校毕业生的毕业范围分别列出。直接打开的动态页面未返回可读正文，本版按部分核验记录。这个例子说明：校招资格要按企业、本届、学位与地域读，不能用统一的“毕业两年内都算应届”替代；投递前重新打开具体岗位确认。S-CN-03

腾讯海外招聘 FAQ 把海外岗位入口、当地工作许可与在校要求分开说明。读者应继续点击具体岗位核验，而不是把总部政策复制到所有国家。该页面部分内容依赖动态加载；本版核对到官方检索摘要，具体职位仍须重新打开确认。S-CN-04

三种立即停止的误读

“学校在名单里”不能替代对课程、学习时长和个人申请日期的核对。“雇主招国际生”不能替代对当前岗位担保范围的核对。“招聘顾问说没问题”不能替代主管机关对工作权利的规则。

资格核验不是为了少投，而是把时间留给真正有机会推进的申请。

真实岗位拆读：把原文变成行动

核验日期：2026-11-13。以下以 Optiver 阿姆斯特丹的 **Graduate Quantitative Researcher（2027 Start）** 为教学材料。本次直接读取了岗位正文与欧洲招聘FAQ；这不代表岗位推荐、适合所有专业或阅读时仍然开放。把同一张表用于你自己的目标岗位即可。S-JD-01

八个字段	本次读到什么，以及怎么填写
招聘主体与工作地	品牌为 Optiver，地点阿姆斯特丹。签约法人和职位编号未在本次正文显示，先保存岗位URL，后续确认

八个字段	本次读到什么，以及怎么填写
招聘类别	Graduate，标明2027年开始；不能仅凭名称判断自己的毕业日期符合
毕业条件	JD未列精确范围；欧洲FAQ给2026/27招聘季的一般范围为2023年10月至2027年10月，并说明具体岗位优先。填“需按岗位确认”，不直接勾符合
必须条件	岗位列出相关学位、编程、概率/微积分/线代及英语等条件；逐条对应真实课程、研究或项目证据
优先条件	Python属于偏好，岗位接受任一语言的编程经验；不要把偏好误写成唯一允许的语言
工作资格	页面没有认定你的个人工作权；另查本人适用许可与允许开始工作的日期
未来担保	岗位写有必要时的签证支持，FAQ说明逐案判断；填写“有支持表述，个人情况待确认”，不能等同已获批准
申请方式	英文CV经正式表单提交，邮件不作为申请渠道；本次正文未列申请截止日，不能推断全年开放

表中毕业范围和逐案担保说明来自雇主欧洲FAQ，不可复制为其他雇主或国家的规则。S-JD-02

把时间要求变成动作： 该岗位写明入围后有线上测评，提交申请时应确认能够在7天内参加。投递前预留时间；收到邀请后，立即把实际截止时刻、时区、设备要求和允许使用的工具记入台账，按邀请说明核对起算方式。不要把这个岗位的7天要求套到其他申请。S-JD-01

验收与受阻处理： 完成八行后，未知项仍留作问题；毕业条件或担保边界不清时，使用岗位给出的招聘咨询表单询问。本次申请页的动态字段未完整返回，所以没有核验全部网申题目。正式提交前仍需本人打开表单、逐项检查，只填写真实信息。

05 / 通用实操

选岗位：从能力证据到目标清单

“我读商科，应该投什么”太大。“我能用哪些真实经历，证明自己能完成哪个岗位的前三项任务”更容易得到答案。专业是线索，不是唯一标签。

建立岗位样本，不先收藏公司名

准备什么： 同一目标地区的职位官网、自己的课程项目、实习、研究、兼职与社团经历。先选一到两类岗位，避免把不同要求混在一起。

具体怎么做： 深读第一批岗位，把每个 JD 拆成“交付任务、必须技能、沟通语言、经验要求、资格条件、申请时间”。相近名称可能职责不同；同一职责也可能使用不同名称。用职责和证据聚类。

得到什么： 一张岗位地图，包含主投、相邻、探索三组。每组写出可以贡献的具体工作，而不是“学习能力强”。

如何验收： 主投组每一项核心任务至少能对应一个真实证据；不能证明的部分明确写为缺口。没有把课程作业包装为企业实习。

卡住怎么办： 若所有 JD 都要求暂时没有的经验，寻找职责更窄的相邻职位、合规实习、研究助理或允许初级申请的岗位。缩小任务范围比改大自己的头衔可靠。

把经历转换成证据

你已有的材料	可以证明什么	不应声称什么
课程或毕业项目	分析过程、工具使用、论证与交付能力	未发生的商业收入或真实客户成果
学校研究	方法、实验、文献与协作能力	未发表论文、非本人贡献
校内兼职	服务、可靠性、排班协作、实际问题处理	不存在的管理权限或工作时长
海外与国内实习	具体职责、交付物、获得授权的结果	整个团队成绩全部归己
自己制作的公开作品	思考过程、可运行成果和复盘	被某公司采用、付费或认证

证据可以没有宏大的数字。说明约束、你的判断、实际做法和可展示结果，比编一个“提升30%”更有价值。真实数字也要能说明分母、时间窗和你的贡献。

一周补一个最小作品

从真实 JD 选择一项可以独立完成、不会涉及雇主机密的任务。写一页需求和验收标准，完成一个可展示的结果，再写“方法、限制、下一步”。明确标注为个人练习或课程项目。

作品长度、技术深度和形式跟岗位走。本册不替代 AI、产品、商科等专题训练，也不要求所有人做技术项目。对需要执业资格的职业，作品不能代替资格本身。

目标公司清单的四栏

每家公司至少记录：为什么需要该岗位、在哪个实体招聘、资格与语言是否匹配、当前具体机会。只有品牌名而没有岗位编号的条目，属于调研名单，不计入可投递机会。

可以先用少量岗位验证方向，再扩大数量。观察结果时分开看地区、岗位类别、申请轮次和简历版本，不能把所有拒信合并成“我的背景不行”。

---

06 / 通用实操

用好学校、校友、官网与招聘活动

学校服务的价值在于把泛泛问题变成当地、具体、可执行的问题。预约前准备一页材料，咨询后带走下一步动作。

学校资源分工

资源	最适合解决的问题	预约时带什么
Career Service	当地申请习惯、简历反馈、招聘活动与面试练习	一条目标JD、一份简历、三个问题
International Student Office	学生身份、实习许可与毕业手续的学校部分	学习项目、课程日期、准确身份类别
Registrar / 学生服务	学位日期、成绩单、完成证明、官方名称	所需证明与截止日期
院系 / 导师	研究、项目、行业连接与推荐信	具体目标、真实工作记录、允许分享范围
校友系统	职位理解、团队需求、当地申请经验	对方相关背景、具体问题、简短自我介绍

能否毕业后继续使用服务、能用多久、有无校友账户，应以自己学校的当前条款为准。地区页的学校链接是使用入口示例，不代表所有读者都有使用资格。

一次有效的学校预约

准备什么： 把事实卡、目标 JD、定向简历放在一个不含多余敏感信息的文档中。

具体怎么做： 在预约说明里提出三个具体问题，例如“我的学位授予时间是否在这个项目范围内”“这个地区通常如何呈现毕业项目”“我毕业后能否继续使用招聘平台”。把身份问题交给对应办公室，不要求职业顾问作移民资格判断。

得到什么： 三条可执行修改、一项官方确认渠道、一项下一次动作。

如何验收： 你能依据反馈改一份材料或确认一个条件；记录顾问答复日期和仍未解决的部分。

卡住怎么办： 没有预约名额时，查 drop-in、线上资源、院系活动或校友权限。把问题拆短，通过官方服务渠道询问，不无限等待一次完整预约。

联系校友的顺序

先说明共同点和来意，再提一个对方容易回答的问题。比如想了解某职位最常见的工作任务、招聘评估方式或公开资源。不要第一次联系就要求陌生人“帮我内推所有岗位”。

对方愿意交流后，带着已读过的职位编号和匹配证据，询问是否适合走正式推荐流程。允许对方拒绝，不把一次礼貌回复视为推荐承诺。模板包有中英文初次联系、交流后致谢与内推请求。

招聘活动三段式

活动前：看参会雇主、开放岗位、目标学生群体、报名截止与身份条件，准备一段30秒介绍和两个具体问题。

活动中：先问岗位职责和招聘流程，再问你的关键资格疑问。记录招聘人员提供的官方链接。没有明确允许，不拍摄他人信息、不记录或传播未公开题目。

活动后：按对方提供的渠道提交正式申请，写明活动名称与职位编号。招聘会上的交流不等于已完成网申，也不等于跳过测评。

渠道优先级

把雇主官网作为岗位状态的核验位置。学校平台、当地公共就业网站、行业协会、商业平台和校友可以帮助发现机会。发现渠道与申请渠道分别记录，避免一个岗位被重复计数。

付费“保录”、伪造实习、要求提供验证码或支付不明押金的请求，应暂停并核查主体。真正的推荐也不能替代个人资格、正常评估和雇主决定。

07 / 通用实操

中英文材料：一套事实，多种表达

先建立真实经历底稿，再为不同岗位和地区调整呈现。不要分别写两套互相矛盾的中文、英文履历。

建立材料清单

材料	内容要求	完成凭证
事实底稿	任职/学习日期、角色、真实任务、结果与证据	本人能解释并核对
定向简历	目标岗位、对应经历、准确日期与联系方式	与JD逐项对应、可选中文或英文
Cover letter / 动机信	为什么该岗位、你有什么证据、为何适合	每封有明确岗位与公司依据
项目或作品集	背景、个人贡献、方法、结果、限制	链接可开，公开权限正确
学历与成绩材料	学校正式名称、学位、预计或已授予日期	与正式证明一致
推荐人	已获同意的联系与关系	已确认愿意提供推荐
资格补充	仅按申请阶段要求提供必要文件	通过雇主安全渠道提交

简历页数、照片、签名、成绩单和附件顺序没有全球统一答案。先看岗位指示，再看当地学校职业中心的指南。没有要求时，优先清晰、可检索、便于筛选，避免把大幅照片或复杂图表当成主要内容。

五步做出可投递材料

准备什么： 一条资格已核对的 JD、真实经历底稿和当地材料要求。

具体怎么做： 用 JD 的任务排序经历。每条经历尽量说清“在什么背景下，我做了什么，产生什么可核验结果”。英文使用自己能解释的表达；专有名词和学位名称按官方译名。中文避免把陌生海外头衔直译成国内更高级别。

得到什么： 可编辑源文件、提交版本，以及一份字段一致性记录。建议文件名包含姓名、岗位类别、语言和版本日期，避免使用“最终版2真的最终”。

如何验收： 打开导出的文件，检查文字能否选择复制、链接能否访问、页面是否完整；请另一个人用30秒说出你申请什么岗位、最强的两项证据是什么。

卡住怎么办： 经历少时，用课程、研究、校内工作和个人项目提供证据，并清楚标明性质；语言不自然时请学校顾问反馈，AI只做表达建议，不能增加事实。

中英文一致性检查

核对学校名、学位、时间、雇主、职位、项目归属、指标单位和个人贡献。英文的 internship、part-time、contract、research project 不应在中文里全部写成全职工作。

日期统一使用不会混淆的格式，例如英文月名加年份，或 ISO 日期。预计毕业要写预计；已完成课程但未获学位，分别说明，不提前宣称已取得学位。

作品集与附件自查

用退出登录后的浏览器打开作品集。确认访问者不需要申请你的私人网盘权限；页面没有客户隐私、内部截图或可用密钥。不能公开的成果，用获准的摘要描述，说明公开范围。

不要在首轮简历里主动堆放护照号、完整住址、签证扫描件和家庭资料。工作资格可以先准确说明类别与条件；需要证明时按雇主正式渠道提供。

提交前检查网申自动解析的教育和工作字段。解析错误要手工更正，不能只看附件上传成功。

---

08 / 通用实操

投递、跟进与卡点诊断

申请台账的目的，是知道哪里还在推进、下一步该做什么。它不是用来制造漂亮转化率。

一条申请的完整记录

至少记录：地区、雇主、职位编号、招聘原文、招聘类别、毕业范围、工作资格、担保说明、截止日与时区、简历版本、申请日、回执、各阶段实际发生日期、当前状态、下一动作、下一动作日期、结束原因。

同一职位从官网、校友和平台看到三次，只记一条岗位。发现渠道可以多条，正式提交不要重复，除非雇主允许重新申请。

投递操作五步

准备什么： 资格检查表、定向材料、真实的毕业与身份信息、可正常收信的邮箱。

具体怎么做： 进入核验过的招聘入口，核对职位编号，逐项填写，再检查系统解析。评估题按规则由本人完成。提交后保存回执与材料版本，标记下一次检查日期。

得到什么： 一次有凭证的申请，而不是仅收藏职位或上传到个人简历库。

如何验收： 系统显示已提交，或收到明确回执；台账能追溯提交内容与日期；没有把自动邮件计为人工回复。

卡住怎么办： 上传失败先查大小、格式和文件名要求；系统无法选择学校时按官方指引填准确全称并询问支持；临近截止要保存错误信息并通过官方渠道反馈，不能假定反馈等于延长截止。

跟进的节奏

先遵守雇主明确的时间表和“请勿重复联系”要求。没有明确安排、且存在合适联系渠道时，可以在合理等待后礼貌询问一次。个人可以先设一周左右的检查提醒，但这不是雇主承诺的处理时限。

跟进邮件写职位编号、申请日期、仍有兴趣和可补充材料。不要以焦虑为理由每天催问。明确拒绝后停止催促；若有未来申请规则，记录下一次允许申请的时间。

用观察到的事件复盘

观察到的卡点	先排查	下一项验证动作
没有人工回复	岗位是否仍有效、资格和毕业范围、材料与岗位、联络方式	逐条复核最近一批已提交记录
有回复，不能约面	到岗日、时区、资格、薪资与地点是否冲突	写清条件，请招聘方确认最关键的一项
面试后停滞	真实评估反馈、证据不足、表达或岗位变化	复盘原题和回答，做一次定向模拟
多次流程结束	是否集中在同一国家、项目或门槛	分组看共同条件，避免全盘否定自己
有Offer但不合适	资格有效期、用工主体、到岗与现金条件	形成书面问题表并比较可行选项

这些是排查假设，不是对拒绝原因的确定判断。没有回复不等于简历差，也不能据此推断某群体被统一拒绝。

周复盘只改一个主要变量

先选同一时间段、同一岗位类别的申请作为观察组，保留尚未到雇主反馈期的岗位。统计真实发生的人工回复、面试完成、后续推进与书面 Offer，给出分母和日期。不要用最高阶段反推每一阶段一定发生。

下周选择一个可观察改动，例如把最相关证据移到前面，或调整目标岗位范围。小样本只用于发现问题，不宣布“这个方法提升了多少成功率”。

09 / 通用实操

面试：把经历讲清，把条件问清

跨地区面试多了一层任务：既要证明能做好工作，也要让双方确认语言、时区、入职和资格条件。准备两套长度，而不是背一篇稿。

做六张真实经历卡

覆盖一项完成的工作、一次困难、一次分歧、一次失误、一次快速学习和一次协作。每张写背景、目标、你的行动、结果、限制与复盘。同一个项目可以说明多个能力，但不要重复包装成多段任职经历。

准备90秒概述和三分钟深入版。任何数字都能解释怎么算；任何“我们”之后都能说清“我负责什么”。没有数据时讲可验证的输出和反馈，不补虚构指标。

面试准备五步

准备什么： 已提交的材料版本、岗位职责、雇主公开信息、面试通知、允许使用工具的规则。

具体怎么做： 把岗位前三项任务分别匹配一张经历卡；用目标语言练习；录一遍自我介绍；准备两项工作问题和一项必要条件问题。核对时区、会议链接、设备和安静空间。

得到什么： 一页面试提纲、六张证据卡、书面的资格/到岗说明，以及需要询问的问题。

如何验收： 换一种问法仍能回答；能用自己的语言解释术语；对方追问方法、限制和个人贡献时不依赖背稿。

卡住怎么办： 听不清时请对方重复或解释，不猜题。没有相关经历时坦诚说明，再用相近真实任务解释可迁移方法。遇到专业知识缺口，记录具体题目并补基础，不用套话覆盖。

跨地区常见问题

“为什么选择这个地区？”从岗位任务、行业机会、语言和个人安排回答。不要承诺自己无法确定的永久居留结果。

“何时能开始？”给出准确日期与前提，例如学业完成、许可批准或搬迁安排。不能把“计划申请”说成“已经拥有”。

“为什么回国？”说明目标业务、能力匹配和实际安排。无需贬低留学地，也无需编造家庭原因。

“没有当地经历怎么办？”说明自己已经理解哪些工作场景、用什么真实证据支撑、还需要学习什么。不要声称国内经验自动等于当地法规或客户经验。

在线测评与作业

阅读雇主对独立完成、资料查阅、AI和协作的规定。规则不清楚先问。可以在评估前练习类似技能；正式评估中不能用AI冒充本人，也不能将保密题目上传到公开工具。

对耗时较大的作业，先确认范围、提交要求、成果使用方式和合理时间。保留自己的工作记录；不向外部模型粘贴雇主未公开资料。

面试结束后的复盘

在记忆清楚时记录原问题、自己的核心回答、追问、获得的事实和未知项。把“我觉得答得差”转换成可改动作，例如“未说明实验对照”“没解释个人贡献”“资格问题回答含糊”。

如果雇主允许跟进，简短致谢并补充确有必要的材料。拒绝后可礼貌请求一条反馈；对方没有义务给详细说明。下一轮练习只挑最影响岗位判断的一个问题。

---

10 / 通用实操

比较 Offer：先可入职，再比较价值

收到意向、收到书面 Offer、满足录用条件和正式入职，是不同状态。台账分开记录，不用一句“拿到了”覆盖所有不确定项。

先过五项硬条件

工作地点和用工主体是否明确；工作权利或雇主担保路径是否可执行；到岗日是否与学业和许可冲突；是否要求尚未取得的资格；接受期限与其他决策是否可协调。

任一项仍不明确，先问清并保留书面答复。高薪、好品牌和个人偏好不能抵消无法合法履职的条件。

Offer核验五步

准备什么： 正式文件、岗位说明、招聘方联系方式、个人预算与资格核验记录。

具体怎么做： 逐项核对职位、职责、主体、地点、入职日、试用安排、工时、固定现金、浮动奖金、股权、福利、搬迁、录用前提和需本人承担的费用。涉及法律效力的条款，查适用地区或交给合适的专业人士，不从其他国家搬结论。

得到什么： 一张可比较的条款表和一封待确认问题邮件。

如何验收： 每个金额都有币种、期间和兑现条件；税前税后不混用；未确认项没有填成零；口头说明与书面文件冲突已经处理。

卡住怎么办： 请求合理的确认时间或接受期限调整，说明具体原因。对方不接受也要据实决策，不编造另一份 Offer 施压。

比较钱，至少分成三层

第一层是确定的固定现金；第二层是有条件的奖金、补贴和股权；第三层是生活和迁移成本。一次性签字费不能当作每年都有，未归属股权不能当作房租现金。

跨币种比较时保留原币，另设统一币种和汇率日期。税后估算需要当地当前税务规则与个人情况，本册工作簿只提供用户填写的估算栏，不自动推定个人税负。

第一年可支配估算 = 已核对的税后现金估算 - 必要生活支出 - 一次性搬迁及入职支出。未知值应保留“待确认”，不要让表格的空白悄悄变成零。

再比较非现金条件

维度	要问的问题
工作内容	日常任务是什么？前三个月如何评价？
学习与支持	谁指导？需要哪些本地知识或执业条件？
资格连续性	谁负责申请，何时启动，是否有书面条件？
生活安排	通勤、时区、家庭、语言和居住成本能否承受？
退出与返还	是否有费用返还、服务期或其他限制，适用何种法律？

可以给个人偏好设置权重，但先排除硬门槛不满足的选项。分数只是帮助表达取舍，不是客观排名，也不是资格审批。

接受之后仍有一份行动表

按书面指引完成必要核验、材料补交和入职安排。别因为收到口头意向就立即做不可逆搬迁；订票、退租或结束现有工作之前，确认关键条件的状态和风险由谁承担。

不公开上传 Offer、身份证明、合同或招聘方私人信息。需要咨询时先脱敏，仅保留判断所需内容。

11 / 通用实操

四类常见障碍，逐个拆解

困难要拆成可以检查的条件，不能把所有问题归为“留学生没优势”。以下是操作场景，不是客户案例，也不代表任何人已经获得录用。

没有当地实习

准备： 核对自己是否能参加当地实习，以及岗位是否要求仍在读。收集课程、研究、国内实习和校内工作的真实材料。

做法： 找出目标岗位最需要的两项能力，用已有经历提供证据；缺少场景理解时，先做公开资料研究、学校项目或明确标为个人练习的作品。申请机会同时使用学校、官网和合适的校友渠道。

产出： 一份“任务-证据-缺口”表和一个可展示成果。**验收：** 能解释自己做过什么、没做过什么。**受阻：** 如果实习不再接受毕业生，转查符合资格的初级全职或其他合法路线；不要付费购买虚假实习。

毕业后出现空档

准备： 先检查身份、停留、工作权利和剩余预算，再整理实际经历日期。空档解释不能优先于合法停留安排。

做法： 用简短事实说明这段时间在做什么、现在能胜任什么。学习、作品、照顾家庭或恢复生活可以据实描述，不必暴露全部私人细节，也不要改成不存在的任职。

产出： 一段30秒解释、最近的真实输出和路线切换日期。**验收：** 与简历、申请和推荐材料一致。**受阻：** 如果当地路线不再可行，及时执行回国或其他已核验路线，不能靠延长简历日期解决身份问题。

专业与目标岗位不匹配

准备： 区分岗位的专业偏好、必须学位和法定执业要求。后两种不能用热情替代。

做法： 对照JD列可迁移能力；选一个最接近的任务做真实作品；优先试相邻职位。跨专业叙述按“为什么转-已有基础-已完成的验证-还需补什么”组织。

产出： 一页转向说明和可以被追问的作品。**验收：** 能完成岗位的一项核心任务，不仅会复述行业术语。**受阻：** 缺的是法定资格就先核验取得路径；缺的是经验就考虑更窄的起点，避免一次转地区、转行业、转职能而没有任何证据。

回国时间与招聘不一致

准备： 学位证预计取得日、课程安排、国内雇主毕业范围、远程面试与到岗要求。

做法： 在境外就建立国内招聘日历，分清“能投递”“能参加评估”“能正式到岗”。主动向雇主确认毕业证明、学历认证和延期到岗是否被接受。保持有效邮箱和可约定的联系时段。

产出： 一张回国衔接表，分别记录申请、考试、面试、文件和到岗节点。**验收：** 每个冲突已有替代安排或明确选择。**受阻：** 校招范围不符时查该雇主其他项目或社招，不假设所有公司都采用相同“应届”标准。

多个问题同时发生时

按顺序处理：合法资格与硬截止、基本生活预算、可以申请的岗位、材料和面试表达。每次修复一个阻塞，不用一次性重做所有材料。将需要学校、雇主和专业机构答复的问题分别列出。

需要个人路线诊断时，可联系微信 **AIPMAndy**，备注“留学生求职”。说明所在地区、毕业时间、目标岗位、当前卡点和已经尝试的动作；无需发送证件原件。服务范围、费用和交付先确认，不承诺录用、薪资或身份资格。

---

12 / 通用实操

回国衔接：招聘、学历材料与到岗

回国求职可以在境外开始。关键是把雇主的招聘范围和自己的学业日期对齐，再准备认证与入职材料。学校毕业典礼时间不能自动替代学位授予日期。

不把“应届生”当成统一资格

对每个雇主、每个项目查本年度对象、毕业起止日期、学位类别、是否接受已有工作经历及证明方式。政府考试、事业单位、国企和民营企业也可能使用不同定义，必须读对应公告。

例如华为校园招聘的官方检索摘要分别列出国内本科硕士与海外高校学生的毕业范围，说明同一轮招聘也可能分人群处理。本版未从动态页面取得完整正文，因此标为部分核验，须在投递前确认。企业某轮招聘的规则不能外推为全国规定。S-CN-03

回国衔接五步

准备什么： 目标雇主清单、学校正式时间表、学位与成绩材料取得安排、预计回国日期。

具体怎么做： 第一，分别建立校招和合适社招清单。第二，确认境外能否完成网申、笔试和面试。第三，询问最迟到岗日和必须补交的文件。第四，按留服官方入口准备认证。第五，安排回国后的住宿、联络与文件补交。

得到什么： 一张把招聘、学业、认证和出行连起来的计划，不用先买机票才能开始求职。

如何验收： 毕业日期填写有依据；每个待补文件有预计取得时间；远程评估安排有确认；认证尚未完成时没有写成已经认证。

卡住怎么办： 学位文件暂不可得时，向学校申请准确的官方说明，再问雇主是否接受及补交期限。雇主不接受时换可行批次或路线，不能让代办制作替代证明。

学历认证从官方入口办理

教育部留学服务中心提供国（境）外学历学位认证服务。当前指南要求由申请人本人提交申请，并说明材料、流程和结果形式；认证周期会因核查、补件和节假日等延长，不能向雇主保证某一天必定出结果。S-CN-01

准备材料时，按适用类别核对学历学位证书、学习期间旅行证件、照片、授权声明及其他需要的证明；成绩单等辅助材料按官方要求提供。使用原件的清晰电子扫描件，具体清单以当前申请系统为准。S-CN-02

认证不是所有雇主每一轮面试的统一前置条件，也不自动等于校招资格、职业资格或落户资格。逐项询问目标雇主或主管部门。不要把“学历认证”“留学回国人员证明”“档案”“落户”混为同一手续。

投递与联络安排

从雇主官方网站进入招聘系统，职位发现还可使用公共就业服务平台与学校国内校友资源。中国公共招聘网是官方资源入口之一；岗位开放状态和适用条件仍需逐条核查。S-CN-05

确保邮箱能收外部邮件，检查垃圾箱，预约面试时双写北京时间和所在地时间。手机号暂不能正常接听时，提前说明可用联系方式及时间，不等漏接后才解释。

本版暂不作统一承诺的事项

城市落户、人才补贴、档案接收、社保和公务员/事业单位资格因地区、年份和个人情况不同，本版只提示核验任务，不给全国通用结论。雇主若把这些事项作为入职条件，记录准确政策标题、适用地区和有效期，再向对应部门确认。

---

13 / 通用实操

AI辅助：整理、练习、检查

把AI当作整理与练习工具，最终事实和提交由本人负责。输入越清楚，输出越容易验收；把“未知”留在表里，比让模型补一个看似完整的答案更有用。

四个适合交给AI的任务

任务	输入	输出	本人验收
JD拆解	招聘原文及链接、日期	必须条件、偏好、资格和问题表	对照原文，检查遗漏和臆测
材料表达	已脱敏的真实经历和目标岗位	中英文改写建议	每一句仍然真实、本人能解释
模拟面试	真实JD、经历卡、允许公开信息	一题一问、追问和反馈	反馈对应具体回答，不创造事实
申请复盘	已去标识的事件与日期	缺字段、可能卡点、下一步实验	区分观察与猜测，不把相关当因果

资格整理提示词

“只依据我提供的招聘原文和官方条款，整理岗位要求、毕业日期、工作资格、担保说明、申请地点与截止时间。逐项给出原文位置和来源。没有明确写出的内容标为未知，不能推断我符合条件。把需要向雇主和主管机关询问的问题分开。”

简历改写提示词

“这是我的真实经历底稿和目标JD。只调整结构和表达，不新增学校、雇主、职位、项目、工具、客户或数字。无法证明的句子标为需本人核实。请输出修改前后对照，以及每条表达对应的底稿事实。”

模拟面试提示词

“请根据这条JD做练习，每次只问一个问题。回答后追问个人贡献、判断依据、结果和限制。反馈区分内容缺口与语言表达。你不知道的情况请直接问，不代替我编经历。最后给我一项下一次练习动作。”

使用流程五步

准备什么： 已脱敏、获准使用的信息，以及本次任务的明确边界。

具体怎么做： 先要求AI输出事实与未知项，再做改写或模拟。保留原始事实底稿；对政策和招聘信息重新打开官方来源核对。过期网页、模型记忆和他人的成功经历都不能作为个人资格结论。

得到什么： 一份经过本人核对的辅助结果，而不是未经检查的自动投递。

如何验收： 不新增事实，不隐去关键限制，链接真实存在，日期与来源一致；本人可以解释输出中的每一句话。

卡住怎么办： 输出错误时缩小到单条JD或一个段落，要求逐项引用输入；仍不确定就保留未知并向实际负责方询问。

不能交给AI冒充的部分

不让AI代填不真实的身份信息，不伪造学位、实习、推荐人和成绩，不冒充本人完成独立测评或面试，不泄露雇主保密题目。正式评估是否允许AI，以雇主规则为准；AI在练习阶段可用，不意味着正式考试也可用。

申请台账可去掉姓名、邮箱、电话、完整合同与证件信息后再用于分析。公开Issue只讨论一般问题和已公开来源，不提交个人申请档案。

14 / 通用实操

30天行动计划与验收

这是一套执行节奏，不是30天录用承诺。先看你的许可、招聘和学业截止日；任何硬截止都优先于本表。每天的完成标准是产生一个可核验结果，而不是“努力了一小时”。

第1周：决定路线，排除不可行条件

日程	动作	完成凭证
1	建立学习、身份、预算事实卡	有来源的一页个人状态
2	比较留当地、第三地和回国	一主一备，写明待确认条件
3	查目标地区官方路径	保存条款、日期和核验渠道
4	整理四类时间	学业、身份、招聘、生活日历
5	深读首批岗位	每条有编号、资格与毕业范围
6	预约学校资源	已发预约、材料和具体问题
7	复盘路线	保留、暂缓与切换条件

第2周：完成可申请材料

日程	动作	完成凭证
8	建真实经历底稿	日期、贡献和证据位置
9	整理岗位任务	每项任务对应已有证据或缺口
10	完成中文或英文主简历	定向版本及可编辑源文件
11	调整另一种语言表达	两种语言关键字段一致
12	整理一个作品	可访问的脱敏成果和限制说明
13	完成两封联系邮件	具体对象、问题、允许拒绝
14	获取一次反馈	修改记录与仍待确认项

第3周：投递并练习

日程	动作	完成凭证
15	核对第一批申请资格	待确认和明确不符已区分
16	提交符合门槛的申请	回执、版本和日期
17	做90秒自我介绍	录音或文字复盘
18	拆解两个项目追问	个人贡献、方法、结果、限制
19	完成一次目标语言模拟	具体反馈与下次练习动作
20	参加合适招聘活动或校友交流	真实得到的信息与正式入口
21	更新台账	各阶段实际事件和下一动作

第4周：诊断、推进与备选

日程	动作	完成凭证
22	排查无回复申请	岗位、资格、材料、联系检查
23	修复一个主要卡点	修改前后记录
24	补充合适岗位	新机会有来源且去重
25	核对资格与日历变化	新公告、截止和预算更新
26	若有面试或Offer，做条件确认	书面问题与答复；没有则继续投递
27	更新回国或第三地备选	可执行动作，不仅一句打算
28	复盘本月实际事件	分母、日期、真实推进情况
29	决定下月保留与停止事项	有依据的取舍
30	备份材料与计划	本人可恢复的文件包

每周验收问题

我是否新增了已确认的资格信息？是否有真正完成的申请？是否补强了一条岗位证据？最早硬截止有没有变化？预算是否仍支持当前路线？下周只改哪一个最主要问题？

如果时间很少，就保留四项：核验资格、看真实岗位、提交准确材料、记录下一动作。其他训练围绕这四项服务，不为了打卡制造无效工作。

15 / 通用实操

怎样使用来源、更新与咨询

本版：v1.0.0。内容核验日期：2026-11-13。日期表示本次查看来源的时间，不表示信息永久有效，也不表示所有条款在同一天生效。

三种信息，分开阅读

官方事实： 地区页中有来源编号的政策、服务与招聘信息。点击原文，核对适用人群、发布日期、更新日期和具体条件。

操作建议： 本册提供的排序、检查清单、联系方法和复盘方法。它们帮助你组织求职，不是雇主规则、政府决定或录用概率。

待确认事项： 官方页面冲突、动态页面、未展开的专业资格和个人边界。这些会保留在地区页与覆盖缺口中，不能被表格空白或总分掩盖。

核验一条新信息

准备什么： 官方来源、适用地区、拟申请路线、自己的相关事实。先查政府主管机关；招聘要求查雇主；学校手续查学校。

具体怎么做： 保存页面标题、完整链接、查看日期和支持的具体结论。比较当前申请页与旧公告；出现冲突先记下两者，不擅自选择更有利的一条。把个人问题提交给实际负责的机构确认。

得到什么： 一条可追溯的证据记录，明确“这个来源支持什么，不支持什么”。

如何验收： 链接不是搜索结果或第三方转述；适用人群、日期与个人场景一致；已提出必要的澄清问题。

卡住怎么办： 页面无法打开就标记访问问题，用其他官方入口交叉核对。仅有搜索摘要时标为部分核验，不能写成已通读全部条款。

来源状态不等于个人资格

“已核验基础路径”说明本版读取并整理了该地的核心官方路径与求职入口，仍不覆盖全部学校、职业、国籍、家属、历史身份或政策例外。“待补充”表示尚未形成足以支持完整地区操作的资料，不意味着当地没有机会。

遇到未来生效条款，分别记录公告日和生效日。正在申请的人还要核对自己的提交日、课程开始日、学签申请日或其他过渡条件。政策页面有更新，不自动意味着所有旧申请一起改变。

作者与咨询

作者：**AI酋长Andy**（星觉科技 · 北京）。流量 AI 联合创始人、星觉 AI 创始人。提供求职咨询、求职陪跑和 AI 相关服务。以上背景由作者提供。

微信：**AIPMAndy**。公众号：**AI酋长Andy**。

个人官网：metaver.vip；公司官网：www.a6no1.cn。

免费攻略、网站、PDF和模板完整开放。需要梳理个人路线、材料、面试或Offer取舍时，可以备注“留学生求职”联系。描述地区、毕业时间、目标岗位、卡点和已尝试动作即可，先不发送证件与合同原件。

服务范围、费用、交付和退款条款在付款前确认。咨询不承诺录用、薪资或身份资格；身份与许可结论以有权机关和适用规则为准。

怎样贡献更新

发现失效链接或政策变化，可在新项目公开发布后提交Issue或PR；附地区、原条款、新的官方来源、适用条件、核验日期与建议修改。不要提交未经授权的客户经历、完整简历、护照、雇主内部文件或保密题目。

本项目原创文字和模板按 CC BY 4.0 开放，代码按 MIT 开放。第三方文件、标识、网页与字体各归原权利人；链接来源不等于获得转载整篇内容的授权。

---

16 / 通用实操

地区覆盖缺口与补充方法

核验日期：2026-11-13。本项目提供跨地区决策和求职执行方法，并按国家或地区公开当前研究进度。“全球”描述读者要比较的路线，不表示本版已经查完所有国家、签证、学校、职业和雇主。

先读状态，再用结论

状态	本版能支持什么	仍不能推出什么
已核验基础路径	已读取并整理该地的一组核心官方路径、求职资源与执行方法；具体范围见地区页和来源台账	个人一定符合资格；所有毕业生、职业、家属和历史身份都已覆盖；岗位仍在招聘
待补充：已有部分核验	已有地区正文，但研究只支持列出的入口或身份边界；**verified** 与 **gaps** 分别列明已查和未查内容	可以把已查的一条路径当作当地全部制度；缺项等于没有限制
待补充：尚未核验	只有导航条目，**verified** 为空；用于提醒读者还有这些方向需要研究	已确认当地存在某项毕业生签证、工作资格、招聘季或可申请岗位

来源台账中的 **verified** 表示来源支持其 **supports** 栏所列内容；**partial** 表示只读到官方检索摘要、动态正文受限、版本冲突，或只核验了入口。来源状态与地区状态分开判断，也都不等于主管机关对个人申请的批准。

澳门、台湾、韩国、马来西亚和阿联酋现有章节属于“已有部分核验”；请先读各章适用对象与待补充项。其他已核验基础路径也保留缺口，例如职业注册、特殊学习经历、第三地毕业生、家属与未来政策的过渡条件。

尚未核验的导航示例

以下只是本轮明确列出的主要缺口，不是各洲的全部国家名单，也不用于计算“全球覆盖率”。没有出现在表中的国家，不代表已经研究完成。

分组	尚未核验的国家示例
北美	墨西哥、哥斯达黎加

分组	尚未核验的国家示例
欧洲	丹麦、挪威、意大利、西班牙、葡萄牙、比利时、奥地利、波兰、捷克
亚洲	泰国、越南、印度尼西亚、菲律宾、印度、沙特阿拉伯、卡塔尔
大洋洲	斐济、巴布亚新几内亚

非洲与南美洲不在本项目当前范围。 不把它们放进“等待写完就能宣称完整覆盖”的承诺里。北美的墨西哥、哥斯达黎加仍在本项目地理范围内。

为一个空白地区完成第一轮核验

准备什么： 写清国籍或适用身份、当前所在地、就读国家和学校、学位与课程、预计完成和授予日期、当前许可、目标职业、希望入职日期。把“当地毕业生留用”和“在另一国家毕业后前往”设为两个问题，分别查证。

具体怎么做： 按下列顺序建立证据，不从邻国攻略复制规则。

1. 找到主管机关的现行申请页，分别核验入境、停留、求职、实习、受雇与自雇。记录是否须由雇主申请、何时可以开始工作、在等候决定时有哪些限制。
2. 找到本人学校的国际学生服务和 Career Service，确认学校可以出什么证明、毕业后是否仍能使用服务、资源是否限本校账号。学校页面不能替代主管机关作身份决定。
3. 打开目标雇主的实际职位，记录主体、工作地、职位编号、毕业范围、必须条件、担保表述、流程和截止时间。至少收集能说明不同招聘类别的岗位；数量只是研究安排，不是当地市场统计。
4. 如目标职业有准入要求，另查主管机构的学历、语言、执照或注册条件。不要把获得一般工作许可写成已经可以从事该职业。
5. 把政府规则、学校手续和雇主窗口放进同一时间表，分别写发布日期、生效日期、核验日期与个人截止日。公告中尚未生效的安排单列，不能直接当作目前资格。

得到什么： 一张地区事实卡、一张岗位资格表、一份主备路线时间表。事实卡至少列：官方链接、支持的具体结论、适用对象、重要日期、未解决问题和下一次复核触发点。

如何验收： 每个政策结论都能回到官方原文；个人事实与适用对象一致；真实职位和学校资源可找到；未知条件没有被改成“符合”；路线切换前所需的材料、预算和最早截止日已经写清。只有完成这些内容，才考虑把导航状态升级为“已核验基础路径”。

卡住怎么办： 遇到打不开的页面、旧新规则冲突或个人情况处在边界，保留链接和读取限制，向实际负责机构发送具体问题。没有获得证据前，维持“待确认”，继续推进已核实的备选路线；不以中介承诺、校友经历或 AI 回答填平身份缺口。

怎样提交可采用的补充

提交新地区或修订时，附地区名、适用对象、官方来源、支持结论、核验日期、限制和五步行动说明。只增加一个政府首页或招聘平台首页，还不足以构成地区攻略。招聘窗口应说明来自哪所学校、哪个雇主、哪一批次，避免上升为全国统一时间。

读者可以按本章方法自行研究空白地区，也可以通过本项目 Issue 或 PR 提供证据。不要提交未经允许公开的客户故事、完整证件、内部招聘材料或他人个人信息。免费正文、来源和模板持续开放；需要个人路线诊断时，咨询入口见“怎样使用来源、更新与咨询”一章。

REGION / 北美

美国

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。适用于以 F-1 身份就读、准备毕业或已进入毕业后求职阶段的读者；J-1、永久居民等情况要另查对应规则。

先分开三件事

能申请岗位、能在某日开始工作、雇主愿意支持未来身份，是三项不同判断。DHS 将 CPT、OPT、STEM OPT 分开：普通 OPT 与所学领域相关；符合条件的 STEM OPT 是另外申请的延长路径。不能从专业中文名推断 STEM 资格，也不能把学校录取或 Offer 当成工作授权。S-US-01

先请本校 DSO 确认项目完成日、现有身份、可申请类别、推荐及递交时限、获批前能否工作、失业计时与报告要求。MIT 的指南强调完成学业日期和学校推荐日期都会影响安排；其内部办理流程只适用于 MIT，不能复制给其他学校。S-US-02

岗位、材料与招聘窗口

从本校 Career Service 的招聘平台、Career Fair、院系邮件、校友目录进入，再回雇主官网核对同一岗位编号。检索词可试 new graduate、university graduate、entry level、internship。申请先准备简洁英文 resume、与岗位匹配的项目证据和必要的 cover letter；学术岗位另看 CV 要求。MIT 的公开资源可学习搜索提醒、校友访谈和申请台账，但校内预约需要相应资格。S-US-04

MIT 校园招聘说明以秋季开学后的招聘周期为例，许多岗位面向次年夏季入职。这个例子用于提醒提前准备，不是全美国统一截止日。把雇主开放日、截止日、毕业日期区间、实习后是否须返校逐条抄进时间表；金融、技术、研究及中小企业分别建清单。S-US-03

本周照着做

1. **准备：**护照、I-20、项目完成日、已有授权文件及 10 个岗位原文。身份证件仅在官方办理时提交，不放公开台账。
2. **行动：**把每个岗位拆成“当前工作授权”“未来担保”“专业及毕业时间”“地点与入职日”。没有写担保的，标为未知并向招聘方确认，不自行填成支持。
3. **产出：**一张身份日期表、一份本地岗位名单、一份回国备选名单、两版针对不同岗位的 resume。
4. **验收：**你能说明每个已投岗位为什么符合毕业条件，以及自己最早何时能合法入职；未知项有明确负责人和跟进日期。
5. **卡住：**没有当地实习，先整理课程、研究、社团中的真实成果；任何对外工作或实习先问 DSO。无回复时按工作资格、岗位匹配、材料和时间分别排查，不靠继续增加无筛选投递量。

第三地与回国衔接

持美国学历不自动取得加拿大、英国或其他地区的毕业生工作资格。另建目标地资格表。准备回国时先向 DSO 核对离境对待审申请、返美和现有身份的影响，再安排机票与国内面试。保留学校出具的完成证明、成绩单和可公开项目材料。

覆盖缺口：本版不替个人核定 OPT/STEM OPT 资格，不展开 H-1B、州级职业许可或每家雇主担保政策；这些项目需分别查官方条款与当期岗位。

REGION / 北美

加拿大

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。先区分加拿大本地毕业生、其他国家毕业后申请加拿大岗位、已经持有其他工作资格三类读者。

PGWP 要按本人项目逐项核对

IRCC 当前要求核对学校及项目是否符合 PGWP、学习状态、完成项目时间和申请位置等。一般申请期限是收到完成项目确认后的 180 天，但学签有效性及境内身份也有独立条件，不能把这 180 天理解为可以一直停留或工作。学士、硕士、博士当前没有专业领域要求，通常需要四项语言能力达到 CLB/NCLC 7；其他项目须按其类别查语言与专业规则。S-CA-01

如项目适用专业领域要求，要记录六位 CIP 编码、学签申请日期和适用名单。向学校确认编码，不用专业中文翻译猜测。IRCC 明确列出豁免及按申请日期判断的方式；名单可能变化。S-CA-02

招聘渠道与材料

先使用本校 Career Service、校友职位平台、课程合作项目和雇主 early careers 页面。检索 new grad、graduate program、junior；co-op 与 internship 是否接受已毕业者，要看项目原文。UBC 的资源展示了按岗位调整 resume、写具体成果、准备 cover letter 以及使用 CareersOnline 的方法；登录服务仅面向其符合条件的学生和校友。S-CA-03

不要套用美国或英国的统一校招月份。选 10 家目标雇主，分别记录其岗位城市、省份、开放及截止日期、入职日、毕业范围和语言要求；固定批次 graduate program 与即时入职岗位分开跟进。法语是否必需、证书是否必须、是否接受当前工签，均以具体岗位为准。

五步完成第一轮申请

1. **准备：**完成证明、成绩单、学校及项目名称、学签申请与到期日期、语言成绩，以及与目标岗位有关的成果材料。
2. **行动：**先完成身份检查，再请本校顾问看一份 resume；逐个岗位核对毕业时间和工作资格，按雇主指定系统提交，不把同一份材料投给所有方向。
3. **产出：**一张 PGWP 条件检查表、一张雇主窗口表、两封联系校友的短邮件、首批合格申请记录。
4. **验收：**每条申请都有岗位编号、原文链接、材料版本、工作资格答复和下一步日期；不能确认的身份答案保留未知并咨询学校国际学生服务。
5. **卡住：**没有本地经验时，用真实课程项目、研究或社团任务证明能力，并让顾问判断表达是否清楚；等待许可期间能否工作要单独确认。不要用无薪、远程或“试做”绕过资格核验。

第三地与回国衔接

在其他国家获得学历，并不会因此取得加拿大 PGWP。已回国的加拿大毕业生也不能直接照搬境内申请流程。分别核对申请地点、现有身份及工作权利，保留学校文件和语言成绩；若当地路线的现金储备不足，把国内申请作为并行计划。

覆盖缺口：未逐省展开职业执照、魁北克特殊路径、省提名或永久居民政策；未建立当期所有雇主毕业生岗位清单。

REGION / 欧洲

英国

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。英国与爱尔兰分别适用规则；本节覆盖英格兰、苏格兰、威尔士、北爱尔兰的通用签证入口，招聘岗位仍须逐个核对。

毕业时间之外，再看申请时间

GOV.UK 当前明确：符合条件的非博士 Graduate visa，2026 年 12 月 31 日及以前申请通常为 2 年，2027 年 1 月 1 日起申请为 18 个月；博士及其他博士资格为 3 年。申请人须在英国、持符合条件的学生签证，并已由学校向 Home Office 报告成功完成课程，且在学生签证到期前申请。不要只根据毕业年份计算停留时间。S-UK-01

Graduate visa 的阶段与以后转 Skilled Worker 分开规划。后者要核对获准担保的雇主、具体岗位、CoS、职业代码和当期薪酬等条件；公司能担保，不表示每个岗位都担保。S-UK-02

分开找 graduate scheme 与直接入职岗位

Oxford 的职业服务说明，部分 graduate schemes 可能提前一年开放，金融、咨询等部分申请窗口更早，也可能滚动招满关闭；直接入职岗位则不一定跟同一批次。把这些当作提前检查的提醒，最终截止日只抄雇主当期网页。S-UK-03

渠道顺序：本校职业平台及招聘会、雇主 early careers 官网、校友与院系活动。材料包括针对岗位的 CV、按要求提交的 cover letter、申请问答及成果证据。在线测评、录播面试、Assessment Centre 是否存在，以该项目流程为准；不得让 AI 冒充你完成测评。

本周行动与验收

1. **准备：**课程完成预计日期、学校向 Home Office 报告安排、学生签证到期日、可承受的求职预算，以及 10 个目标岗位。
2. **行动：**在表中分列“可用现有资格入职”和“未来是否支持转换”。对长期岗位，尽早问招聘方该岗位的担保范围；保存书面答复，不只参考公司历史。
3. **产出：**一份 graduate scheme 日历、一份直接入职岗位清单、一版 CV、一个申请问答素材库。素材只使用可核实经历。
4. **验收：**已投岗位的毕业日期区间与你吻合；预计入职日与工作资格衔接；测评截止时间已经换算为自己所在时区并设提醒。
5. **卡住：**错过主轮后查直接入职、补录和其他雇主；一年制硕士没有当地实习时，可用课程成果及以前经历申请，说明个人贡献。不要用购买“实习经历”补材料。

第三地与回国衔接

英国学历不会自动带来欧盟或爱尔兰工作权。计划回国申请时，先确认离境与现有申请之间的关系；不要先离境再假定还能从海外申请 Graduate visa。国内企业对海外毕业时间的口径另向其招聘方确认，课程完成、学位授予、毕业典礼三个日期分别记录。

覆盖缺口：未展开每种 Skilled Worker 优惠门槛、受监管职业和各雇主 2027 届岗位条件；个人是否符合身份资格需另核。

REGION / 欧洲

爱尔兰

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。爱尔兰与英国分开规划，不要把英国 Graduate visa 或英国招聘时间照搬过来。

先查 Stamp 1G，再查长期岗位路径

Third Level Graduate Programme 适用于符合条件、在爱尔兰取得认可资格的非 EEA 毕业生。须核对当前 Stamp 2、登记状态、学校完成通知及申请期限等。Level 8 通常获 12 个月；Level 9 或以上先获 12 个月，满足继续求职等条件后才可能再获 12 个月。不要把“最长 24 个月”写成一次自动拿满。S-IE-01

考虑长期留下时，向雇主核对具体就业许可路径。Critical Skills Employment Permit 要看职位、资格、薪酬与合同期限等；专业听起来“热门”并不等于岗位符合。官方当期要求应放入 Offer 检查表，而不是只记一个旧薪资数字。S-IE-02

渠道、时间与申请材料

先找本校职业平台、校园招聘会、课程 placement、校友及雇主官网。以 Trinity 为例，MyCareer 提供职位、职业咨询、CV 检查、模拟面试和雇主活动；这些服务的使用资格以本校规定为准。S-IE-03

Trinity 商学院的公开页面提到九月及春季的招聘活动，这只是该学院的安排，不是全爱尔兰统一开放日期。建立 graduate programme 与即时入职岗位两张列表，每周回官网确认窗口。S-IE-05

材料准备英文 CV、岗位动机、真实能力例子和推荐人许可。UCC 提醒不同雇主可能使用 CV 或申请表，并采用不同面试与测评流程；先按岗位要求准备，再请本校顾问看一份完整申请。S-IE-04

一周交付清单

1. **准备：**学历级别、完成通知、当前登记期限、护照和保险要求，以及与个人情况相关的官方条件。
2. **行动：**向学校确认资格和办理顺序；为 10 个岗位记录毕业范围、入职日、是否接受现有工作资格及之后的许可安排。
3. **产出：**一张 Stamp 1G 时间表、一张潜在就业许可检查表、两份有岗位针对性的申请。
4. **验收：**下一次身份办理早于当前许可到期；长期路线能找到具体岗位、雇主回复和官方条件，不只是一句“公司有担保”。
5. **卡住：**对方只提供短期岗位时，把合同期限、预计收入和下一步身份成本重新算一遍；没有当地实习时，先通过课程项目和校友访谈验证岗位方向。不要为了拖延决定而耗尽全部储备。

回国与第三地

爱尔兰毕业生许可不能直接用于在英国或其他欧洲国家工作。准备回国前保存完成证明与求职记录，并检查仍在进行的许可事项。双线求职可以继续，但每条路线要有独立预算和截止日期。

覆盖缺口：General Employment Permit、职业注册、个人 Stamp 历史及全部行业招聘批次尚未逐项展开。

REGION / 欧洲

德国

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。区分在德国完成学业后找工作，与持其他国家学历来德国求职两条路线。

把毕业后居留与找到工作后的居留分开

德国政府人才门户说明，符合条件、在德国成功完成高等教育的第三国毕业生，可申请最长 18 个月的求职居留，需要毕业、医保和生活来源等证明；该类居留不能续期。必须在学习居留到期前及时申请适合的居留。找到合格岗位后，另核对就业居留或 EU Blue Card，受监管职业还涉及执业许可。S-DE-01

这个毕业后安排不能直接用于所有境外大学毕业生。你若从英国、新加坡等地申请德国岗位，应另外核对境外学历、岗位、承认程序和相应入境居留条件。

招聘入口与材料习惯

使用 Bundesagentur für Arbeit、Make it in Germany 职位入口、本校 Career Service 与雇主官网。检索词可试 Berufseinsteiger、Trainee、Junior；仍在读者另查 Werkstudent 或 Praktikum，不能忽略对在读状态的要求。联邦就业局说明，申请通常直接交给公司，经邮件或官网；流程没有全国统一时长。S-DE-02

准备 CV、按要求提交的 Anschreiben、学位及相关证明。语言水平如实写，必要时提供德语或英语版本。证书翻译与材料准备要留出时间；是否放照片、材料长度和系统格式都看行业及岗位，不把某一模板当成法规。S-DE-03

从第一轮岗位筛选到投递

1. **准备：**毕业证明或预计完成日、现有居留期限、语言水平、可证明的项目成果及 10 个雇主原始职位。
2. **行动：**把每个职位拆成资格、语言、经验和可入职日期四组；分别建立 Trainee 固定批次与直接入职清单。向岗位联系人询问不明确的毕业及语言要求。
3. **产出：**德语或英语申请包、证书清单、岗位编号台账，以及负责个人居留事务的外管局官方联系入口。
4. **验收：**投出的材料语言与职位一致；项目经历能解释做了什么、个人贡献和结果；居留办理时间与合同入职日相互匹配。
5. **卡住：**德语暂不满足某岗位时，先筛出明确接受当前语言能力的岗位，同时记录语言提升计划。没有当地实习可整理真实课程、实验室、毕业设计及工作成果；不要编造公司经历。

没有回复时怎么改

先检查系统是否确认收件，再检查必交证书、语言、岗位层级和入职时间。按招聘方给出的节奏跟进；若无承诺，自己设置一次礼貌询问及复盘时间。单次未回复不能判断为“德国不招留学生”。

回国或第三地作为备选时，分别保留学历材料、工作证明与项目英文描述。德国居留不自动允许在其他欧洲国家就业。

覆盖缺口：未逐州、逐城核验外管局办理流程；未展开机会卡、所有蓝卡门槛或各受监管专业的资格承认细则。

REGION / 欧洲

法国

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。先区分仍在法国、已经离境，以及从未在法国取得相关学历三种情况。

先核对毕业证对应的路径

法国 Service Public 对 recherche d'emploi/création d'entreprise 求职或创业居留列出具体学历、现有居留及申请时点条件；不是所有法国课程毕业生都自动符合。符合条件的居留通常为 1 年；工作与所学关联及薪酬等限制也要核对。把你的学位正式名称、完成日期和当前身份与原文逐项对照。S-FR-01

已经离境的合格法国毕业生，France-Visas 提供毕业后一定期间回法国找工作或创业的入口，当前页面写明 4 年范围及相应学历条件。此路线针对此前符合条件的法国学历，不是所有海外硕士都能使用。S-FR-02

找岗位时分清合同与入口

从本校职业服务、院系及校友活动、France Travail 和雇主官网找机会。检索词可试 jeune diplômé、junior、graduate programme。把 CDI、CDD、stage 等岗位类型原样记下来；若是实习，确认在读、学校协议与其他资格条件，不把它直接当正式工作。

France Travail 的职位页可能要求在站内投递、直接联系雇主或转去合作平台，按该岗位显示的渠道操作。准备与岗位语言一致的 CV、lettre de motivation 和成果材料，不只翻译一份国内简历。S-FR-03

五步做完一次真实申请

1. **准备：**学历正式名称、成绩单、完成证明、居留有效期、法语和英语水平，以及目标雇主的职位原文。
2. **行动：**固定批次项目与即时入职岗位分开搜索，逐条确认开放日、截止日和入职日。对未公开合适岗位的公司，可以按其官网渠道发送有针对性的主动申请；法国公共就业服务提供这一做法的指导。S-FR-04
3. **产出：**一版与真实语言能力一致的申请材料、一张居留条件检查表、首批合格岗位台账和一次本校顾问反馈。
4. **验收：**申请入口正确、附件能打开、个人成果有证据；每份 Offer 都能找到合同类型、工作地、薪酬及对应工作资格安排。
5. **卡住：**若法语要求不匹配，缩小到明确接受英语的岗位，同时安排法语练习；若资料尚未齐全，向学校索取官方完成证明，并请主管部门确认可接受文件，不自行替换成无效截图。

回国与第三地衔接

不必等当地路线结束才准备中文材料。把课程项目和实习贡献写成国内招聘方能理解的成果，但不虚构职位头衔。选择其他欧洲国家时重新核对工作资格；法国居留与法国学历均不能替代目标地许可。

覆盖缺口：未展开各省办理实践、不同国籍双边协议、全部人才居留及受监管职业；未列出所有雇主招聘窗口。本节不使用仍展示旧薪酬数字的历史宣传页判断当前资格。

REGION / 欧洲

荷兰

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。荷兰本地毕业生和部分境外毕业生可能有不同入口，须分别核对。

Orientation year 不能只看学校排名

IND 的 orientation year 规则包括特定荷兰学历、研究经历，以及指定境外院校的硕士、博士或博士后学程等情况，并设置完成后申请时间范围。境外学历路径还需核对毕业时的排名组合、学位类型、语言或授课语言证明和学历评估。一般要求是指定的三家排名机构中至少两家的前 200，不能只拿一张当前 QS 排名截图判断资格。S-NL-01

该许可有效期为 1 年，不能续期；找到工作后需要在适当时间核对后续居留路线。S-NL-01 荷兰政府提供毕业或研究后 3 年内申请的通用说明，但个人适用条件应回到 IND 的具体页面确认。S-NL-02

岗位与材料怎么找

从本校 Career Service、雇主官网、UWV/EURES 进入。检索 startersfunctie、traineeship、junior、graduate，另列每个岗位的荷兰语要求。EURES 的荷兰指南介绍 CV 加申请信、雇主官网以及当地职位渠道；你能浏览某职位，不表示已经有工作权。S-NL-03

准备简洁 CV 和 motivation letter，课程项目可单独列出，解释个人贡献。Erasmus University 的公开指导提供岗位分析、CV、面试和联系从业者的方法；学校预约服务的资格单独核对。S-NL-04

一周行动

1. **准备：**完成日期、毕业证、已有许可，以及目标岗位原文；境外学历候选人另备毕业时排名证据、授课语言和评估所需材料。
2. **行动：**先区分自己适用的 IND 路线，再整理 10 个岗位。对 traineeship 记录批次、毕业区间与开始日期；对普通职位核对可接受的入职时间，不预设统一秋招。
3. **产出：**一张资格证据清单、一张岗位时间表、两版申请材料和两次校友访谈邀约。
4. **验收：**“满足”“不满足”“待确认”三种状态分开；每个已投岗位至少有语言、毕业时间、地点和工作资格四项记录。
5. **卡住：**若境外学历不满足 orientation year，不要反复修改说法碰运气，改查雇主支持的其他工作路径或其他地区。没有本地实习时，先用真实项目展示业务沟通和交付能力。

回国和第三地

不要因为存在 3 年窗口就自动推迟办理：先算真实生活成本、剩余预算和岗位数量。回国后计划再来时，重查申请地点与当期条件。荷兰许可不能直接用于在德国、法国等地就业。

覆盖缺口：未逐项核对每位读者的境外院校、学历评估结果、认可担保雇主及后续工资门槛；未核验全部 graduate programme 批次。

REGION / 欧洲

瑞典

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。区分瑞典毕业后的求职许可，与在境外取得高等学历后申请来瑞典找工作的路线。

学历层级、完成情况和申请期限都要看

瑞典移民局要求，毕业后求职路线需核对已完成的高等教育、现有许可、资金及保险等，并在现有学习许可到期前申请。当前官方页面对本科及硕士写明最长 1 年；博士毕业后可为 1 年至 18 个月。未通过全部课程时，不能直接把“课程基本结束”写成“已完成学业”。S-SE-01

如果没有在瑞典完成对应学业，要看境外第二周期学历等候选人的另一条求职或创业路线。其条件与瑞典毕业生路线不同，不能共用同一期限或材料清单。S-SE-04

从语言要求反推可投岗位

瑞典公共就业服务提示，很多职位要求瑞典语，部分国际化专业岗位可以使用英语。不要用“当地人都会英语”推断工作语言。先从 Arbetsförmedlingen、雇主官网及本校活动找到职位，把语言要求原样记入资格表。S-SE-02

KTH 的职业支持展示了职业辅导、CV 与 cover letter、招聘会和校友导师等资源。其他学校学生应找本校对应服务；有些预约或导师项目限本校身份。S-SE-03

本周交付

1. **准备：**课程完成及学位证明、现有居留到期日、真实语言能力、预算，以及 10 份职位原文。
2. **行动：**将 graduate、trainee、普通 junior 岗位分开；在读者可另查毕业论文合作机会。每条记录开放日、截止日、可入职日和学校身份要求，不假定全国同一校招季。
3. **产出：**一份申请日历、一套 CV 与岗位动机、一份真实项目案例，以及一次本校顾问的材料检查。
4. **验收：**材料语言、岗位语言及本人表达能力一致；每个申请都有身份条件和下一步日期。CV 只保留与岗位有关的经历，公共就业服务提供了可参考的结构与模板。S-SE-05
5. **卡住：**没有当地实习时，先联系课程导师或校友了解真实工作任务，再补一份能展示能力的项目；涉及实际工作、实习或有偿服务时，先确认身份允许的范围。若语言是连续被拒的原因，把它与技术能力问题分开处理。

回国与第三地

选择回国时保留完整课程证明、学位和项目资料。去其他欧洲国家需要重新核对当地工作资格；瑞典求职许可不是欧盟通用工作许可。若当地生活预算接近预设下限，先评估回国远程面试的可行性及离境影响。

覆盖缺口：未展开每种转工作许可的薪酬、保险和过渡规则；境外学历路线的个人学历认定及全部雇主批次待核。

REGION / 欧洲

芬兰

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。芬兰毕业生求职许可与直接从第三地申请工作许可，应分别判断。

先保存自己的日期，再查申请窗口

Migri 的具体申请页写明，符合条件、在芬兰完成学位或相应研究的候选人，可申请最长 2 年的求职或创业许可，并需满足原有许可、完成证明、资金等条件。具体申请页的五年窗口从学习或研究居留到期起算。S-FI-01

需要特别注意：Migri 的学生 FAQ 同时出现“毕业后五年”和离境后按学习居留到期计算的表述。若你接近期限，保留毕业日、居留到期日和官方页面，向 Migri 说明完整情况并确认适用截止日；不要仅凭本册或概览句子判断自己还来得及。S-FI-04

招聘窗口与渠道

Aalto 的暑期工作页面提示，很多雇主在一、二月招聘，也有秋季开始或春季继续开放的情况。这个时间只适合用来提前检查暑期岗位，不是全部正式岗位的统一窗口。按雇主原文记录 summer job、trainee、thesis assignment 和 graduate 岗位的身份及入职条件。S-FI-02

从本校 Career Service、JobTeaser 或本校实际平台、校友及导师合作项目进入，辅以 Job Market Finland、Work in Finland 与雇主官网。芬兰公共就业服务也提示，应在搬家前了解本专业岗位，并留意需要资格承认或执照的职业。S-FI-03

五步完成第一轮

1. **准备：**芬兰学位或研究完成证明、过去及现在的居留日期、资金计划、语言能力和可展示的成果。
2. **行动：**挑选 10 个适合当前语言及经验的岗位，分清暑期工作、论文合作和正式岗位；使用岗位要求的英文、芬兰语或瑞典语材料。向学校预约材料检查。
3. **产出：**一张资格时间表、一张招聘日历、一份项目证据包、两封向校友或导师了解岗位的邮件。
4. **验收：**每个岗位有工作语言、合同类型、开始日期、申请回执和下一步；居留问题的答复有来源及确认日期，边界不清的事项未被填成确定资格。
5. **卡住：**没有本地实习可询问真实论文合作或初级岗位，不承诺无资格的工作。若只找到短期工作，把合同到期与居留到期放在同一张表里，预留下一条路线，而不是等最后一份工资到账才处理。

回国与第三地

芬兰学习经历可作为核对相关路径的材料，但其他国家的学历不能自动使用芬兰毕业生许可。已经回国的芬兰毕业生要分别查境外首次申请与境内延长许可的要求；境外申请不等于可先入境工作。

覆盖缺口：官方五年窗口简述差异已显式记录；个人截止日、工作许可转换、永久居留及受监管职业不在本节作结论。

REGION / 欧洲

瑞士

核验日期：2026-11-13。状态：已核验基础路径。瑞士不适用德国、法国或其他欧盟国家的毕业生工作规则。

六个月求职期不等于工作许可

瑞士 SEM 说明，在瑞士高等教育机构毕业的第三国公民有毕业后六个月寻找匹配工作的安排；正式就业准入涉及岗位是否有重要科学或经济利益等条件。它不是任意雇主、任意工作都能自动办理的开放工签。S-CH-01

苏黎世州的官方页面进一步列出毕业后求职居留所需的生活资金、住宿和毕业证明，并说明正式就业许可由雇主申请。这个州的材料说明只用于苏黎世，其他州要查本州主管部门，不能照抄表格或办理时限。S-CH-02

找岗位与准备材料

先从本校职业服务、校友活动、雇主官网找机会。ETH 的职位导航列出 ETH get hired、EPFL 职业平台及毕业生岗位入口，可用于建立雇主名单；个别服务的访问资格按各校规定。S-CH-03

按职位要求准备 CV、针对岗位的动机信、学历与工作证明。ETH 的指南强调材料与证明中的日期一致、按规定渠道申请，照片属于可选项。不要因为模板有某字段就主动提交无关的家庭或身份敏感信息；先看具体招聘要求。S-CH-04

本周要完成的五件事

1. **准备：**学校完成证明、当前居留、所在州、可承担的生活成本、语言能力及 10 个真实职位。
2. **行动：**检索 graduate programme、junior、Hochschulabsolvent 等词；逐条记录德语、法语、意大利语或英语要求。向招聘方确认该岗位是否愿意为你的身份办理许可，不只问“公司是否招外国人”。
3. **产出：**一张六个月内的求职与费用表、一份目标雇主名单、一套按岗位调整的申请材料，以及本州官方办理入口。
4. **验收：**每个优先岗位有具体岗位职责、合同条件、雇主联系人及许可问题的答复。固定毕业生项目按批次倒排；直接入职岗位按可到岗日期安排，不猜全国统一招聘季。
5. **卡住：**若雇主只回复“以后再说许可”，标为高不确定项，继续其他申请。没有当地实习，可通过真实毕业研究、课程合作和校友访谈展示能力；不能以假合同或虚构雇主经历“保身份”。

回国与第三地衔接

瑞士求职的时间安排要同时考虑招聘、雇主办理和个人现金储备。设定一次明确的路线复盘日，把回国面试作为并行选项。持其他国家学历前往瑞士，并不因此享有瑞士本地毕业生的六个月安排；境外候选人的就业准入要重新查。

覆盖缺口：未逐州核验行政实务、配额及每类职业的准入；重要科学或经济利益是否满足，须由主管部门按个案判断，本册不代作资格结论。

REGION / 亚洲

香港

亚洲｜已核验基础路径｜核验日期：2026-11-13。适用于在港就读、已取得符合条件的香港学历，以及把香港列为第三地的读者。这里核验的是路线入口，不是个人资格认定。

先分清：你是否属于 IANG 的适用人群

非本地毕业生留港／回港就业安排（IANG）有院校、课程、学历和学制条件，不能仅凭“海外毕业生”身份申请。符合条件、在毕业证所载毕业日期起六个月内申请的近期毕业生，申请时不要求已有工作；获批者一般可获二十四个月逗留。超过六个月的非近期毕业生，申请时须有符合要求的聘用。请把“六个月申请分类窗口”和“现有逗留许可到期日”分成两行，它们不是同一个期限。S-HK-01

持 IANG、且只有逗留时间限制的人，在获准逗留期间可以就业或转换工作；这不等于续期没有条件。在读实习则应按本人现有学生逗留条件另查，不能提前借用毕业生规则。S-HK-02

去哪里找岗位和人

先查本校 Career Service。香港大学 CEDARS 的公开导航列有秋、春招聘会、企业宣讲、NETjobs、JIJIS 和实习项目，可作为“学校能提供什么”的具体参考。NETjobs 面向该校学生和新近毕业生；其他读者应查自己学校的对应服务及账号有效期。活动能参加，不代表活动中每个岗位都符合你的身份条件。S-HK-03

从活动名单挑五家目标雇主，回到各自招聘官网找职位编号、毕业时间区间和提交入口；再找一位同校、同岗位方向的校友，请教工作内容和筛选方式。先交流信息，再判断是否适合请求内推。

材料和招聘窗口

按岗位要求准备英文或中文 CV；把语言要求逐项拆开，分别确认英语、普通话、粤语的使用场景。不要把“公司在香港”直接翻译成某一种语言必需，也不要把 IANG 填成永久居民身份。以香港大学作为雇主的申请流程为例，网申可能从 CV 读取内容，但申请人仍须补全表单，提交成功后会收到确认邮件；自动读取不等于填报正确。S-HK-04

学校招聘活动的学期节奏只是提醒。每个 Graduate Programme、Internship 和普通空缺分别记录开放日、截止日、到岗日。九月毕业、十一月拿证等不同日期，应先问雇主究竟采用哪一个字段。

这周完成一次香港路线核验

1. **准备什么：**毕业证明、成绩单、课程性质、现有逗留期限；三条目标岗位原文；一份申请 CV。
2. **具体怎么做：**对照 IANG 官方条件标出“符合／不符／待确认”；向学校确认毕业日期和证明开具时间；向招聘方只问未写明的毕业区间、语言及工作资格要求。
3. **得到什么：**一张身份日期表、三条有职位编号的申请记录、一封可以保存的答复。
4. **如何验收：**知道自己属于近期还是非近期毕业生，知道当前能否开始工作，知道至少一个岗位的实际截止日。未获批的安排不能写成“已持有”。
5. **卡住怎么办：**把条件争议交给入境事务处或学校相关部门核实；岗位不接纳时切换雇主或回国线路，同时保留真实时间记录。

第三地与覆盖缺口

在其他地区毕业后考虑香港，先查自己是否真的符合 IANG，或需核验其他入境就业安排。新加坡的工作准证、澳大利亚毕业生签证均不能代替香港工作资格。本版未逐项核验其他人才计划、专业执业资格和各雇主当前岗位，不能把本页当作全部来港路径清单。

REGION / 亚洲

澳门

亚洲｜待补充｜核验日期：2026-11-13。已核验外地雇员的基本办理顺序及学校资源，未完成全部毕业生、人才及专业路径研究。

核验到的关键边界

澳门不能套用香港 IANG。劳工事务局说明，雇主需先申请聘用非本地居民的许可；获批后，再由雇主或代理人向治安警察局办理受聘者的逗留许可，取得相应许可后才可工作。就读澳门高校、拿到毕业证或雇主口头接受，都不能代替这套手续。S-MO-01

澳门大学学生职位系统同时展示全职、兼职和实习，但其对非本地学生的提示明确指出，没有工作许可或相应活动许可，受薪或无薪工作都存在资格限制。不要用“无薪实习”绕过核验。S-MO-02

实际找岗位的方法

先查本校职业发展中心。澳门大学公开列有校友导师、求职训练、职位系统和招聘会，可用于寻找企业和练习面试；登录、活动资格与实习条件按本校规定确认。S-MO-03

把招聘公告中的“澳门居民要求”“非本地人员是否接受”“工作地点”“材料语言”“截止日”逐项记录。只制作公告要求的语言版本。没有核验到统一毕业生招聘窗口，本版不提供“澳门校招固定几月”的结论。

这周的执行单

1. **准备什么：**本人居民／非居民类别、学生逗留期限、预计毕业日，以及两条目标岗位。
2. **具体怎么做：**先问学校国际事务部门在读活动的条件，再向雇主确认岗位是否接受非本地申请者、谁负责聘用和逗留手续、何时可以合法到岗。
3. **得到什么：**一份办理责任清单、明确的材料语言要求、雇主对资格问题的书面回复。
4. **如何验收：**能分开解释“可以申请职位”和“已获准工作”；相关许可及岗位条件仍不明时，台账标待确认。
5. **卡住怎么办：**把回内地与第三地申请同步排期；使用学校、校友和雇主公开信息寻找机会，不以先到岗试用代替核验。

仍需补充

不同外地雇员类别、人才引进安排、第三地申请者的入境细节、行业资质及当前雇主岗位尚未逐项核验。本地学习经历也不能自动转化为其他地区工作资格。

REGION / 亚洲

台湾

亚洲｜待补充｜核验日期：2026-11-13。已核验大陆学生与侨外生制度的关键区别，其他身份、雇佣路径与行业招聘资料仍需补充。

第一步是确认适用身份

大陆学生不能直接套用“侨外生毕业留台工作”政策。教育部现行《大陆地区人民来台就读专科以上学校办法》第十五条规定，在学期间不得从事专职或兼职工作；第十八条另有毕业离境及继续就学的规则。陆委会 2025-11-11 的官方问答也明确，开放参加技能检定不等于开放在台工作，陆生毕业留台工作仍未开放。S-TW-01 S-TW-02

劳动主管机关的“毕业侨外生留台工作”页面属于另一套适用身份，不能看到其中评点或延期居留安排，就给大陆学生推定资格。已有其他合法身份的读者，应请主管机构按本人实际证件确认适用规则。S-TW-03

大陆学生的求职资源怎么用

向本校陆生辅导、国际事务或职业中心预约，先确认离校日期、成绩单、学位证明和校友服务权限，再讨论回大陆及第三地的岗位。校友交流可以帮助理解企业和岗位，但对方的工作身份不一定适用于你。

使用雇主官网研究工作内容时，把“岗位要求”与“本人可合法入职的地区”分开。为回大陆申请准备清楚的学校、学位、专业和毕业时间说明；学历学位认证另按回国章节核验，不能仅用中文校名相近推定等同。

这周的执行单

1. **准备什么：**学校记录的入学身份、证件、学籍状态、预计毕业日及目标就业地区。
2. **具体怎么做：**请学校确认适用规则和离校手续；把回大陆的校招／社招与第三地岗位分别建表；只按实际开放的雇主资格投递。
3. **得到什么：**一份身份确认记录、证明材料开具时间、两条可核验的后续就业路线。
4. **如何验收：**没有把侨外生规则写进大陆学生申请表；每条路线都同时有雇主入口与工作资格核验入口。
5. **卡住怎么办：**身份情况特殊时，让学校转介对应主管机关；就业路径暂不具备条件时，先推进能够合法申请和到岗的地区。

仍需补充

本版未对各类非大陆学生身份、特定居留条件、职业执照和所有招聘窗口作完整研究，也不提供改变身份的个案法律方案。招聘活动开放、课程实习安排或雇主愿意录用，都不能独立证明工作资格。

REGION / 亚洲

日本

亚洲｜已核验基础路径｜核验日期：2026-11-13。重点覆盖在日学生的新卒求职、毕业后继续求职，以及第三地读者寻找日本雇主。

先对齐毕业年度和入社日期

日本学生支援机构 JASSO 的《2027 留学生就职指南》说明，新卒集中招聘与全年招聘并存。其日程示例列有毕业前一年三月开始宣传、六月开始选考、十月正式内定的政府请求日程，也明确提醒企业接触可能更早。不要等到三月才开始准备，更不能把这个示例当作所有雇主的截止日。九月毕业者还要单独确认：岗位是十月入社，还是次年四月入社。S-JP-02

建立三列日历：毕业／取得学位日期、岗位报名年度、实际到岗日期。跨年度的间隔要同时核对合法停留和生活预算。

身份和岗位要一起核验

毕业后没有工作，不代表自动获得继续求职的在留资格。出入国在留管理厅列有符合条件者转为求职“特定活动”的安排，涉及原学校推荐、持续求职等条件，通常先给予六个月，并可按条件续一次。第二年安排有额外项目条件，不能普遍套用。S-JP-03

拿到内定后，请学校或雇主确认工作内容与拟申请在留资格的对应关系、材料责任人及申请时间。把“求职期间的停留”“实习许可”“正式工作资格”分别记录。第三地毕业生不能直接套用日本本地毕业生的这一续留安排。

招聘渠道和材料习惯

先用学校职业中心的企业说明会、校友访问和职位系统，再用 JETRO 的 Open for Professionals 企业数据库扩展名单。JETRO 还提供外国人就业服务中心的官方入口。企业出现在数据库中，只说明值得研究，仍须确认当前是否有岗位、语言要求和工作资格支持。S-JP-04

JASSO 区分预报名和正式申请：预报名用于接收信息，正式提交履历书或 Entry Sheet（ES）才进入相应流程。ES 的题目、字数、提交方式因企业而异。按照官网模板准备志望动机、自我介绍、学生时期的具体经历；日语表达请学校职业中心复核。AI 可以帮助压缩句子，不能补造项目贡献或语言成绩。S-JP-01

这周完成一次日本申请

1. **准备什么：**预计毕业日、在留期限、三家公司的新卒／既卒／全年招聘原文，以及一段有证据的个人经历。
2. **具体怎么做：**逐条确认毕业年度和入社月；下载企业 ES；把经历改写成“做了什么、为什么这样做、实际结果”；预约学校进行一次材料和在留事项核对。
3. **得到什么：**一份符合字数要求的 ES、一条正式提交回执、一张入社前时间表。
4. **如何验收：**没有把预报名当投递成功；能解释 ES 每一项；确认等待入社期间如何合法停留，且不把内定当作已获工作资格。
5. **卡住怎么办：**错过某届新卒时查企业是否接受既卒或全年招聘；语言不足则先筛明确接受相应工作语言的岗位，并制定真实练习计划。

覆盖缺口

本版未逐项核验各在留资格、专业执照、各企业本年度新卒条件，也未保证 JETRO 名单中的职位仍在招聘。第三地申请者需要重新核验入境及工作路径。

REGION / 亚洲

韩国

亚洲｜待补充｜核验日期：2026-11-13。已核验求职签证变化与申请资源，具体评分、就业类别和行业条件需逐案补充。

D-10 资料必须看版本

韩国法务部公布的制度改进，把符合条件的韩国高校毕业留学生 D-10 求职停留上限由两年延至三年，并调整续期及实习安排；官方实施资料标明 2025-10-29 起执行。这是有适用条件的上限，不是所有海外毕业生自动得到三年。S-KR-01 S-KR-02

本次核验同时发现，Study in Korea 的另一英文页面仍保留两年、每次六个月等旧表述。因此不能把搜索到的政府网页视为全部同步更新。求职活动、实习和正式就业也要分别核对；正式受雇需确认与工作类型匹配的资格。S-KR-04

招聘和材料

韩国政府运营的 Study in Korea 就业页面提供招聘渠道与申请流程，说明企业可能要求指定的履历和自我介绍格式。先下载岗位附件，保留原有字段与字数，再填教育、真实经历、语言和证书；不要把一份英文 CV 自动当作满足所有韩文表单。提交前保存副本，部分系统提交后无法再查看。S-KR-03

用本校就业中心寻找企业说明会、校友和实习资源；每家企业分别查应届资格、韩语要求、评估步骤、截止时区与到岗日。本版未核验出适用于所有公司的统一招聘日程。

这周的执行单

1. **准备什么：**目前在留类别、毕业／预计毕业证明、语言证据、过去求职记录和两条职位公告。
2. **具体怎么做：**请学校国际办公室按最新法务部规则确认能否转 D-10 及需交材料；同时请雇主确认岗位对应的受雇资格、是否协助办理。
3. **得到什么：**一份求职活动计划、一份符合企业格式的申请、资格与办理责任记录。
4. **如何验收：**分清政府新规则、旧说明与自己的审批结果；不会把签证最长年限写成个人已获期限。
5. **卡住怎么办：**发现官方页面冲突时保留两份链接并向主管机构确认；岗位语言或资格不符则更换具体岗位，或同步回国申请。

仍需补充

D-10 评分及豁免、各类 E 系工作资格、境外毕业生入境路径、职业执照和当前行业招聘窗口尚未完整核验。不能将韩国本地毕业生安排套给第三地毕业生。

REGION / 亚洲

新加坡

亚洲｜已核验基础路径｜核验日期：2026-11-13。重点区分毕业后停留求职与获准受雇工作。

先拆开两道门槛

ICA 的毕业生求职 LTVP 面向指定新加坡高等院校毕业生，须申请，并非毕业自动获得。它解决的是一段时间内的停留求职。MOM 明确说明，完成学业且学生准证到期后，要工作需取得相应工作准证，由雇主申请；不要把毕业生 LTVP 填成无限制工作资格。S-SG-01 S-SG-04

EP 先看与年龄、行业相关的薪资门槛，再看是否需要通过 COMPASS；S Pass 也有资格要求，并涉及雇主配额和征税。拿到面试或 Offer 都不能替代准证审批。MOM 已公布部分门槛在 2027 年的调整，做毕业路线时须按预计申请日期读对应栏，不能只记一个今天的最低数字。S-SG-02 S-SG-03

学校资源怎么用

以 NUS 为例，TalentConnect 面向本校学生和校友，提供毕业生岗位、实习等机会。先核对本校账号权限，设置岗位提醒，再把感兴趣的机会追溯到雇主招聘原文。S-SG-05

NUS 公布的企业宣讲节奏集中在八至十月和一至三月，也有全年行业活动。这是该校活动安排的参考，不是新加坡统一校招窗口。看见活动信息后，记录活动日期、岗位报名日期和实际到岗日期三个字段；过去的活动页只用于找雇主名单。S-SG-07

材料与申请流程

英文简历可参考 NUS 面向毕业生的倒序结构：教育、相关经历、项目与技能。把课程作业、个人项目、实习各自标清；没有当地实习，也不能把课程项目包装为受雇工作。S-SG-06

在招聘网页中逐项找工作地点、毕业日期、工作资格、语言及申请截止日。如果表单问是否需要雇主办理工作准证，按真实情况答；没有写支持办理，不等于支持，也不等于必然不支持。带着职位编号向招聘方确认，再决定是否投入长时间评估。

这周完成一次可行性检查

1. **准备什么：**学历与学校名称、学生准证／现有停留期限、三条岗位原文、目标到岗月和生活预算。
2. **具体怎么做：**先对照 ICA 的院校名单；再把岗位按“明确支持／明确不支持／未说明准证”分类；对未说明的岗位问招聘方是否会按申请时规则评估 EP 或 S Pass。
3. **得到什么：**三条有来源的工作资格判断、一份英文 CV、一张停留期限与预计准证申请日的对照表。
4. **如何验收：**把“可以停留”“可以实习”“可以正式工作”分开；招聘方回复能对应到具体岗位和申请日期；不把自测工具结果当获批承诺。
5. **卡住怎么办：**雇主不办理准证时，更换雇主或启用回国线路；临近停留期限时向学校及 ICA 核实手续，不能靠继续投递延长身份。

第三地与覆盖缺口

在其他国家毕业的人不能自动申请这里的本地 IHL 毕业生 LTVP。第三地路线重点核验具体雇主与工作准证。本版不覆盖所有准证、奖学金服务义务、受监管职业及每个雇主的配额状况。

REGION / 亚洲

马来西亚

亚洲｜待补充｜核验日期：2026-11-13。已核验 Graduate Pass 的适用边界和学校资源，正式全职就业路径及地域差异需补充。

Graduate Pass 不是无限制工作许可

马来西亚移民局的官方 FAQ 将 Graduate Pass 说明为毕业生长期社交访问准证，可在准许领域兼职。资格涉及马来西亚高校的学士及以上学习、仍有效的 Student Pass、保险和相应文件；不能把“可继续停留”直接转述为“可以任意全职就业”。S-MY-02

EMGS 当前页面明确，对中国和印度公民的服务延伸至 **2026-12-31**，按个案考虑，并要求学校或使馆出具品行证明。这个日期是本次读取的适用政策期限，不是每个人的准证到期日；2027 年是否继续适用，本版未获核验。申请过程中学生准证是否仍有效也必须提前确认。S-MY-01

岗位渠道与申请材料

马来亚大学 GECC 公开提供职业发展、招聘活动及学生相关机会，可作为查找本校服务的入口。先确认自己能否使用本校职位系统，再从活动名单回到企业官网，分别核对实习、毕业生项目和普通职位。S-MY-03

按职位原文准备所需语言的 CV 和其他材料，记录是否接受非本地申请者、全职或兼职、到岗地点及办理工作资格的责任人。不要凭“公司招中国业务人员”推定它能办理你的身份。招聘时间以当年雇主公告为准，本版不设全国统一校招月历。

这周的执行单

1. **准备什么：**护照、课程完成证明、学生准证有效期，以及两条写明工作性质的岗位。
2. **具体怎么做：**把自己的学历、国籍和时间逐项对照 EMGS；向学校确认办理时间；正式全职岗位请雇主说明适用准证及主管机构，单独核验。
3. **得到什么：**Graduate Pass 条件表、待补文件清单、至少一条有明确工作资格说明的岗位。
4. **如何验收：**没有把有限兼职资格填成无限制全职工作权；政策期限、申请日和个人获批期限分开记录。
5. **卡住怎么办：**在学生准证失效前向学校和主管机构核实下一步；政策未续展、雇主不办理或条件不符时，切换回国／第三地线路。

仍需补充

Employment Pass、外国毕业生专项就业安排、东马与西马差异、各行业许可、2026 年末之后的 Graduate Pass 政策均未完整核验。仅在第三地毕业不能直接套用本地毕业生安排。

REGION / 亚洲

阿联酋

亚洲｜待补充｜核验日期：2026-11-13。已核验求职访问签证入口、访问与工作资格的区别，以及大学职业服务示例。

先核资格，再决定是否落地找工作

阿联酋政府的 Jobseeker visit visa 页面列有六十、九十或一百二十天的求职访问选项，并有技能类别或指定高校毕业条件、学历和资金担保等要求。不是每个海外毕业生都符合，也不能因为能申请访问签证就推定可以受雇工作。S-AE-01

政府另明确，访问或旅游签证不能替代工作许可。收到 Offer 后，要核对雇主、正式文件、适用主管机构和入职手续；不能把招聘方口头承诺当作已经获准工作。对适用 MOHRE 的聘用文件，可通过其官方服务核查。S-AE-02

资源怎么找

在当地就读者先使用本校职业服务。American University of Sharjah（AUS）的公开页面列有简历、求职信、模拟面试、职业门户与实习协调；其招聘会页面明确限制本校学生、校友等参加。大学资源可用于学习方法，访问公开网页不等于拥有活动资格。S-AE-03 S-AE-04

第三地申请者先远程验证机会：按行业列雇主，回官网找真实职位编号，确认是否接受境外申请、面试形式、所需材料语言和可到岗日。收到足够明确的信息后，再将交通、住宿、签证和求职等待成本写进路线表。

这周的执行单

1. **准备什么：**学历、毕业时间、现有身份、预算，以及三条目标职位原文。
2. **具体怎么做：**核验求职访问路径是否适用；准备岗位要求的 CV 和证明；向招聘方确认是否接受境外候选人、由谁办理工作许可及何时可到岗。
3. **得到什么：**三条有编号的申请记录、一份远程面试安排或明确回复、一张落地成本表。
4. **如何验收：**没有把访问资格当工作资格；能对应雇主官网与正式办理路径；招聘窗口和截止时区来自具体公告。
5. **卡住怎么办：**继续境外投递并使用校友信息渠道；文件或许可类别不明时向相应官方机构核实，暂停依赖该岗位作迁居安排。

仍需补充

各酋长国、自由区与不同雇佣主管机构的细节，专业认证、学历认证及行业招聘日历尚未逐项核验。本页不能推广为中东其他国家的通用工作规则。

REGION / 大洋洲

澳大利亚

大洋洲｜已核验基础路径｜核验日期：2026-11-13。重点覆盖毕业前申请、485 路径核验和雇主工作资格筛选。

毕业生签证和雇主条件分别检查

本页核对 485 Temporary Graduate visa 的 Post-Higher Education Work stream：逐项检查澳洲学历及学习要求、申请所在地、近期学生签证和英语。年龄通常不超过三十五岁，部分学历或护照持有人有例外；停留年限按条件区分，不能一律写成三年。分开记录课程完成日与毕业典礼日。S-AU-01

核验当日生效的变化：F2026L01500 修订法规于 2026-11-13 生效，对此日及之后的新申请调整了 485 附属家庭申请条件，并要求附属申请与主申请同时合并提交。有家属同行计划者须单独核对新条件，不能沿用“主申请获批后再随时添加家属”的旧摘要。S-AU-06

用 VEVO 查已生效签证、到期日与工作条件。待审申请和预计取得的 485 均不能填成“目前已持有”。S-AU-02

再查雇主要求的公民、永久居民、工作权有效期与后续签证条件；有工作权不代表符合 Graduate Programme 筛选条件。

招聘时间不能照搬北半球

悉尼大学提醒，部分次年入职的 graduate programmes 在当年三月起招聘；实习和假期工作也可能提前开放。这只作准备提醒，最终以雇主页面为准；不要等到年底毕业才查岗位。S-AU-03

从本校 CareerHub、招聘会和企业说明会找雇主，对普通直招岗位设置官网提醒。“活动开放给国际学生”不代表其中每个岗位都接受你的身份。

材料习惯

悉尼大学建议按岗位调整 resume，相关经历靠前；长度随行业变化，并非所有澳洲简历都只能一页。其材料指南也说明无需额外写生日、照片或国籍。若岗位要求 selection criteria，必须逐项回应；有些申请需要独立陈述，不能只交一份 CV。S-AU-04 S-AU-05

先过硬条件，再为每个 essential criterion 配真实经历和结果；desirable criterion 无证据时如实标出。

这周完成一次投递闭环

1. **准备什么：**课程完成证明预计日期、成绩单、现有签证条件、三条目标岗位和一份 resume。
2. **具体怎么做：**对照 485 对应类别列出待核问题；逐岗查公民／永久居民／工作权条件；为最匹配岗位写 CV、cover letter 和所需 selection criteria。
3. **得到什么：**一张个人日期表、一份逐条对题的申请材料、一条官网提交回执。
4. **如何验收：**当前工作权与预计未来路径分别记录；申请材料回答了每个要求；台账写明截止日期的当地时区，保存提交副本。
5. **卡住怎么办：**Graduate Programme 身份不符时，筛普通初级空缺和明确接纳相应工作权的雇主；没有当地实习则用真实项目、校园工作或已获准的实践说明能力，不能虚构雇佣经历。

第三地与覆盖缺口

仅持其他国家学历，不可直接套用澳洲本地学习相关的 485 路径。本版未完整核验职业教育类别、第二次毕业生签证、偏远地区条件、雇主担保、家庭附属申请的全部例外和执业注册。申请前须重新查看官方页面与自己的生效签证条件。

REGION / 大洋洲

新西兰

大洋洲｜已核验基础路径；新政策生效日待澄清｜核验日期：2026-11-13。

先看课程与本人签证条件

Post-Study Work Visa（PSWV）的资格、年限和可从事工作，取决于所学资格及学习情况。现行官方资格页区分学位 level 7、level 8 至 10，以及清单内的非学位 level 4 至 7 等情况；后者可能要求工作与所学相关。不能把“在新西兰读过书”写成“毕业都有三年开放工作签”。S-NZ-01 S-NZ-02

把 qualification level、完整课程名称、实际在新西兰全日制学习时间、学生签证到期日四项交给学校国际办公室核对，再按官方规定确定自己的申请窗口。不要统一套用一个申请期限。

本版发现的政策日期冲突

2026-11-13 实际读取的 PSWV 主页面，把部分 level 7 Graduate Diploma 加既有学士学位的资格扩展写为 **2026-11-23**；2026-09-10 发布的官方公告仍写 **2026-11-16**。同主页面另有十一月十六日起停止纸质申请的说明，两个事项不能混为一谈。由于核验日早于两个日期，本册不把这项扩展当成已经生效的个人资格，也不替官方选定一个日期。受影响读者应把两处链接提交学校或 INZ 确认，并保存回复。S-NZ-01 S-NZ-03

渠道、材料和招聘窗口

奥克兰大学职业中心区分两类岗位：大型雇主的 graduate training programmes 通常提前、在入职前一年的年初开放；direct entry vacancies 则随空缺出现，全年均可能发布。分别建表，不要只守着毕业生项目。S-NZ-04

用本校职业中心的职位简报、雇主活动和预约反馈筛选机会，再进入企业官网核查；各校服务以自身学生及校友政策为准。CV 与 cover letter 按每个岗位调整，把能证明的技能和实际工作资格写清。学校提供指导不等于负责安排工作。S-NZ-05 S-NZ-06

这周完成资格与岗位对照

1. **准备什么：**学位／资格名称、成绩单、课程完成证明、学习时长、eVisa 条件，以及三条岗位原文。
2. **具体怎么做：**把自己的资格与 INZ 清单逐项对照；区分 graduate programme 和普通初级岗位；请招聘方确认是否接受目前有效的工作权及剩余期限。
3. **得到什么：**一份有依据的工作权说明、三条岗位资格记录、一份定制 CV 和 cover letter。
4. **如何验收：**说清现在能否工作、工作范围及到期日；未获批时不使用“我已持有 PSWV”的表述；政策冲突保留为待确认。
5. **卡住怎么办：**请学校和 INZ 解释具体资格；雇主不了解你的现有资格时提供准确条件说明，不能要求其相信未经核验的“自动三年”。资金或期限不足时启用回国计划。

第三地与覆盖缺口

其他国家的毕业生不能仅凭海外学历套用本地 PSWV。第三地赴新西兰就业须另查相应工作签证、雇主和职业条件。本版未覆盖所有资格组合、职业注册、后续居留路径；十一月政策变更及官方日期冲突列为优先更新项。

ACTION SHEET / 01

路线决策表

先填事实，再比较偏好。工作资格与申请条件不通过时，不用总分替代。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
当前学习地与学位	
课程完成 / 学位授予日期	
现有停留与工作权利	
留当地：硬条件 / 来源	
第三地：硬条件 / 来源	
回国：招聘类别 / 日期	
可用预算 / 每月必要支出	
主路线 / 备选路线	
最迟切换日 / 切换条件	
本周三个动作	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 02

时间表

学业、身份、招聘、生活四类日期分开写。不要把提交申请等同于批准。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
学业节点 / 来源	
身份截止 / 申请地点	
工作可开始日期 / 条件	
招聘截止 / 时区	
评估 / 面试时间	
证书 / 认证预计完成日	
回国 / 搬迁 / 租约	
最早可入职日 / 前提	
提醒日 / 负责人	
完成凭证 / 下一次复核	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 03

岗位资格检查表

逐条对照雇主原文。未写担保信息时记未知，不能推断支持。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
公司主体 / 职位编号	
岗位链接 / 核验日期	
招聘类别 / 工作地点	
毕业范围 / 计算依据	
当前工作权利 / 证明	
未来担保说明 / 来源	
必须条件 / 个人证据	
偏好条件 / 能力缺口	
待问雇主 / 待问学校	
决定：投递 / 先问 / 暂缓	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 04

申请材料清单

只保留申请需要的材料；公开作品脱敏，正式证件不上传公开仓库。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
真实经历底稿	
中文简历 / 版本	
英文简历 / 版本	
Cover letter / 动机信	
作品链接 / 访问验证	
学位 / 成绩材料	
推荐人同意 / 联系方式	
岗位所需资格材料	
中英日期与经历一致	
最终文件 / 提交回执	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 05

联系与跟进记录

先请求具体信息，再在合适时请求正式推荐；允许对方拒绝。中英邮件在后附文字模板中。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
联系对象 / 合理渠道	
共同点 / 联系理由	
本次具体问题	
对方适合回答的范围	
首次联系日期	
得到的事实 / 来源	
承诺的下一步	
跟进日期 / 前提	
对方拒绝或停止要求	
正式投递编号 / 回执	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 06

申请台账与周复盘

每个阶段记录实际发生日期。自动回执不算人工回复，重复岗位不重复计算。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
地区 / 公司 / 职位编号	
JD / 资格结论	
申请日 / 简历版本	
人工回复日	
约面日 / 实际面试日	
后续推进日	
书面Offer日 / 条件	
当前状态 / 结束原因	
下一动作 / 到期日期	
本周假设 / 下周改动	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 07

面试复盘表

先记事实，再写判断。没有反馈时保留不确定，不把拒信当成唯一原因证明。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
岗位 / 面试轮次 / 日期	
原问题	
我的核心回答	
追问与回答	
我提供的真实证据	
未解释清楚的贡献	
能力缺口 / 表达缺口	
获得的反馈 / 仍未知	
需要澄清的入职条件	
下一次只练的一项	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

ACTION SHEET / 08

Offer比较表

先确认可以履约，再比较价值。保留原币金额和汇率日期，未知金额不要填零。

核对字段	填写 / 证据 / 下一步
主体 / 地点 / 职责	
工作资格 / 担保安排	
入职日 / 录用前提	
回复期限 / 书面文件	
固定现金 / 币种 / 期间	
奖金股权 / 兑现条件	
生活成本 / 搬迁支出	
个人税后估算 / 来源日期	
成长 / 支持 / 生活安排	
待确认条件 / 最终取舍	

验收：关键条件有依据；未知项保留待确认；下一步有负责人和日期。完整电子版见可编辑工作簿。

TEMPLATES / 可复制文字

联系邮件与消息模板

作者：AI酋长Andy 微信：AIPMAndy｜公众号：AI酋长Andy 个人官网：https://metaver.vip/｜公司官网：https://www.a6no1.cn/ 版本：2026-11-13

所有方括号都要替换。只保留与你实际情况一致的句子。先确认收件人属于学校、雇主或可信的公开渠道，不群发身份证件。以下均为可编辑写法，不是真实客户案例。

01 预约学校 Career Service

准备：目标地区、目标岗位、目前简历、毕业时间、三个具体问题。 **操作：**先查预约系统和服务范围；能在页面找到答案的事项不再重复问。 **产出：**一次具体咨询、相关活动或资源入口。 **验收：**知道下一步做什么、何时做、由谁确认。 **卡住：**没有近期预约时，问是否有 drop-in、线上咨询或毕业生资源，不假设毕业后一定有权限。

主题：求职咨询预约｜[专业]｜预计[月份/年份]毕业

您好，我是[学校/项目]的[姓名]，预计于[月份/年份]毕业，计划申请[地区]的[岗位类型]。

我已经整理了[数量]个岗位的要求，最需要确认的是：[一个具体问题]。请问我目前可使用哪些职业咨询或招聘活动资源？如果可以预约，我希望重点讨论[简历匹配/招聘时间/校友联系]。我可以提前提供岗位链接和简历。

谢谢，[姓名]

Subject: Careers appointment request - [programme], graduating [month/year]

Hello [team/name],

I am [name], a [programme] student expecting to graduate in [month/year]. I am exploring [role type] positions in [location].

I have reviewed [number] job descriptions and would value guidance on [one specific question]. Could you let me know which appointments, employer events or alumni resources I can currently access? I can send my CV and the relevant vacancy links in advance.

Thank you, [name]

02 向校友请教一个具体问题

准备：真实共同背景、你已经做过的功课、一个对方能回答的问题。 **操作：**先请教，不默认对方应提供内推。第一次消息尽量控制在手机一屏。 **产出：**一个信息点或一次短聊。 **验收：**问题足够具体；对方不需要阅读长篇自传才能理解。 **卡住：**未回复时先继续找公开信息；如需跟进，礼貌跟进一次即可。

[称呼]你好，我是[学校/项目]的[姓名]，预计[时间]毕业。看到你从[真实公开经历]进入[岗位/行业]，我正在考虑类似方向。我已经看过[具体招聘页面]，想请教一个问题：[具体问题]。如果你方便，文字回复就很有帮助；不方便也没关系。谢谢。

Hi [name], I am [name], a [programme] student at [university], graduating in [month/year]. I saw your public post/profile about [specific relevant experience]. I am exploring [role type] and have reviewed [relevant vacancy/resource]. May I ask [one focused question]? A brief written reply would already be helpful, and no worries if you are busy. Thank you.

可问的问题示例：

- 你所在团队面试时，最希望应届申请者讲清哪一类项目决策？
- 我看到岗位同时写了[条件A]和[条件B]。你知道应该向哪个招聘团队确认吗？
- 学校的[活动名称]与雇主直接申请之间，通常怎样衔接？如果你不确定，我会再向主办方核实。

避免的问题：“能不能帮我找份工作”“你们公司什么时候招人”“把你的全部面经发给我”。这些问题太大，且公开页面通常可以先回答一部分。

03 请求内推

先阅读雇主的申请与推荐流程。已经投递时，先确认是否还能关联推荐，不重复创建申请。

[称呼]你好，谢谢你之前关于[具体建议]的提醒。我看中了[岗位名称，岗位ID，链接]，其要求中的[条件]与我的[真实经历]相符。我整理了一页简历和[可公开证据链接]。如果你了解这个岗位，也觉得适合推荐，想请你帮忙看看是否可以走内部推荐流程。不合适或不方便都没关系，我会按官网流程申请。

Hi [name], thank you for your advice on [specific topic]. I am interested in [job title and requisition ID, link]. My experience in [true relevant experience] appears relevant to [specific requirement]. I have attached a concise CV and [public work sample, if appropriate]. If you know the role and feel comfortable referring me, could you let me know the correct process? No problem if a referral is not appropriate; I can apply through the careers site.

04 核对毕业时间与项目资格

主题：[岗位ID] 毕业时间条件确认

招聘团队您好，岗位页面写明：[短句原文]。我的课程完成时间是[日期]，正式学位授予时间是[日期]，可取得毕业文件的时间是[日期/尚待学校确认]。请问该项目判断资格时采用哪一个日期？我的情况是否在本轮申请范围内？我会按您的确认如实填写申请表。

Subject: Graduation-date eligibility - [job title / requisition ID]

Hello [recruitment team],

The vacancy states [short exact wording]. My course completion date is [date], my formal degree award date is [date], and my graduation documentation will be available [date / pending confirmation from my university]. Which date does this programme use to assess eligibility, and would my situation fall within this recruitment cycle?

Thank you, [name]

注意：没有确定的日期就写待学校确认。不要为了落入窗口改写学位日期。保存招聘方回复及其日期，链接到岗位资格表。

05 核对现在和未来的工作资格

个人身份信息仅填到解决问题所需的程度。不要把完整证件号码放进首次问询。规则最终以相应主管机构与雇主流程为准。

主题：[岗位ID] 工作资格与担保安排确认

您好，我计划申请[岗位]。我目前的身份类别为[真实类别]，有效期至[日期]；当前工作条件为[照官方文件填写的准确描述/尚在核验]。我预计从[日期]起需要[具体许可或雇主支持，如确实需要]。

岗位页面写明[相关原文]。请问该岗位是否接受我这种情况？若未来需要雇主支持，团队是否可以提供？如果需要由其他部门判断，也请告知正确联系渠道。谢谢。

Subject: Work authorisation and sponsorship - [requisition ID]

Hello [recruitment team],

I am interested in [role]. I currently hold [accurate status/category], valid until [date]. My current work conditions are [accurate description from the relevant document / still being verified]. I expect to require [specific employer support, if applicable] from [date].

The vacancy states [relevant wording]. Could you confirm whether applicants in my situation are eligible for this role and whether the team can support any future sponsorship requirement? If another team should assess this, please direct me to the appropriate contact.

Thank you, [name]

06 投递后跟进

先看回执中的流程与预计时长。没有通用的“第几天必催”规则。按雇主告知的节点跟进；对方未提供节点时，由你结合截止日和安排做一次适度问询。

主题：申请进度问询｜[岗位ID]｜[姓名]

您好，我于[日期]提交了[岗位名称/编号]的申请，申请记录为[编号，如有]。想确认材料是否已齐全，以及是否有可告知的下一步安排。如果需要补充[相关材料]，我可以提供。谢谢。

Subject: Application follow-up - [requisition ID / name]

Hello [name/team],

I submitted my application for [role and ID] on [date]. My application reference is [reference, if available]. Could you confirm whether the required materials are complete and whether there is any update on the next stage? I would be happy to provide [relevant additional material] if useful.

Thank you, [name]

07 面试改期与跨时区确认

主题：面试时间确认｜[岗位ID]

谢谢邀请。我看到安排为[日期、时间、原文时区]，我理解对应我所在地[日期、时间、时区]。请帮我确认。

[仅在确需改期时保留] 因[简短真实原因]，我希望调整时间。我可参加的时间为：[选项一，含时区]或[选项二，含时区]。如果不便，请告知团队其他可行时间。谢谢。

Thank you for the invitation. The proposed time is [date, time and stated time zone], which I understand to be [date, time and your local time zone]. Could you please confirm?

[Keep only if needed] Due to [brief truthful reason], may I request an alternative slot? I am available at [option one with time zone] or [option two with time zone]. Please let me know if another time would work better for the team.

不要只写“周五下午”。夏令时、跨日与面试平台显示时区都应核对。

08 Offer 条件澄清与回复延期

主题：Offer 条件确认｜[岗位名称]

谢谢提供这次机会。为了准确评估并安排入职，我希望书面确认以下事项：

1. [工作地点、合同主体、岗位职责中的一个具体问题]

2. [固定薪酬、奖金条件、试用期等具体问题]

3. [工作许可、雇主支持或入职日期中的具体问题]

目前回复截止时间是[日期、时间、时区]。如果这些事项需要进一步确认，是否可以将回复期限延至[日期]？我会在确认的期限前给出答复。

Subject: Offer clarification and response deadline - [role]

Thank you for the offer. To evaluate it accurately and plan my start, could you please confirm the following in writing?

1. [One specific question about the employing entity, location or responsibilities]

2. [One specific question about fixed pay, conditional compensation or probation]

3. [One specific question about work authorisation, employer support or the start date]

The current response deadline is [date, time and time zone]. If these points require further review, would it be possible to extend the deadline to [date]? I will respond by the agreed date.

发送前的最后检查

- 收件人与岗位是否正确，附件是否与正文一致。
- 方括号是否全部替换，未确定事实是否明确写“待确认”。
- 工作资格与未来担保是否分开表达，是否存在夸大。
- 问题是否具体、是否有明确下一步。
- 是否保留了对方的拒绝空间，是否避免发送不必要的敏感资料。

需要个人路线诊断，可联系微信 **AIPMAndy**。免费模板可直接使用，咨询不承诺录用、薪资或身份资格。

TEMPLATES / 可复制文字

中英文申请材料骨架

作者：AI酋长Andy 微信：AIPMAndy｜公众号：AI酋长Andy 个人官网：https://metaver.vip/｜公司官网：https://www.a6no1.cn/ 版本：2026-11-13

这些骨架帮助你把真实经历讲清楚。材料语言、页数、照片、附件格式等要求，以具体雇主和目标地区页面为准。不要把某个地区的习惯自动套用到其他地区。

一、先做经历证据卡

每段经历先填写下面六项，再写简历。没有证据的数字不要补出来。

字段	你的填写
经历性质	[正式工作 / 实习 / 课程项目 / 个人项目 / 志愿经历，按真实情况填写]
时间与组织	[起止时间；组织或课程名称；可公开范围]
当时要解决的问题	[具体对象、约束与目标]
我本人负责的部分	[不能把整个团队成果都写成自己的工作]
我做了什么与为什么	[动作、方法、判断依据]
结果与证明	[真实结果；没有量化数据时写可核验产出；私有证据位置]

准备：原始作品、项目记录、评语、允许披露的证明。 **操作：**逐句区分本人贡献、团队贡献、观察到的结果。 **产出：**一组可用于简历和面试的事实卡。 **验收：**陌生人追问“怎么做的、证据在哪”时，你能讲清楚。 **卡住：**没有数字就写任务范围、交付物和验证方法。不要把课程项目包装成企业实习。

二、中文简历骨架

```
[姓名]
[电话，含区号] [邮箱] [目前所在地] [可公开作品或个人页面]

求职方向
[目标岗位。用一行说明最相关的真实能力或经历，不堆形容词。]

教育经历
[学校官方名称] [学位与专业官方名称]
[开始年月] - [毕业/预计毕业年月]
[与岗位相关且真实的课程、研究或荣誉；不相关可删]

相关经历
[组织/项目名] [真实角色] [起止年月]
- 为解决[问题]，我负责[具体范围]，使用[方法]完成[产出]；通过[证据/验证]确认[真实结果]。
- [第二项相关贡献；没有必要就删]

项目经历
[项目名；明确课程/个人/开源等性质] [起止年月]
- [本人职责、关键判断、可展示产出与链接]

技能与语言
[能够现场解释或展示的技能]；[真实语言水平或有依据的成绩]

其他信息（仅在招聘方要求且适用时）
[可到岗时间/工作资格的准确描述；不填未核实结论]
```

使用时删除不必要栏目。电话号码与邮箱保持专业、可接通。出生日期、证件号码、完整家庭住址等不是默认必填；先核对雇主要求及提交渠道。

三、英文 CV / Résumé 骨架

```
[NAME]
[Email] | [Phone with country code] | [Current city] | [Public portfolio]

PROFILE (optional)
[One concise sentence linking truthful experience to the target role.]

EDUCATION
[Official university name], [City/Country]
[Official degree and field] [Month Year - Month Year]
[Expected graduation date, if applicable]
[Relevant modules, research or verified distinction, only if useful]

RELEVANT EXPERIENCE
[Organisation / Project], [Accurate role] [Month Year - Month Year]
- [Action you personally took] to address [problem], using [method], producing
 [verifiable output/result].
- [Another relevant contribution, if needed]

PROJECTS
[Project name and accurate category: academic/personal/open-source]
- [Your contribution, reasoning, deliverable and accessible link]

SKILLS AND LANGUAGES
[Skills you can demonstrate] | [Truthful language proficiency]

ADDITIONAL INFORMATION (only when relevant or requested)
[Accurate availability or work-authorisation statement, if appropriate]
```

英文不是逐字翻译中文。学校、学位、专业和职务使用可核实的名称。没有正式英文职务时，选择准确描述职责的写法，避免用更高级的职位替代原职务。

四、如何改一条经历

下面是结构示范，不是可抄入个人简历的经历事实。

模糊句式：负责[某项目]，提升了沟通和团队协作能力。

可填写句式：在[真实项目]中，我负责[具体任务]。针对[具体问题]，采用[方法]完成[交付物]，并通过[测试、复核或真实反馈]验证[结果]。

没有数字时可以写：整理并交付[可核验文档]；在[真实测试方式]中定位了[实际问题]；把[原流程]改为[新流程]，由[实际角色]复核。结果是否改善需要实际证据，不添加虚构百分比。

五、英文求职信骨架

Dear [name / hiring team],

I am applying for [role and requisition ID]. I am [accurate current situation] and expect to be available from [date, if confirmed]. The role's focus on [specific requirement from the vacancy] is relevant to my experience in [true relevant area].

In [real project/role], I personally [specific action]. This produced [verifiable output or result]. This experience would help me contribute to [specific task named in the vacancy].

I am interested in [team/company] because [specific, researched reason], particularly [relevant product/problem/team remit]. [One additional truthful example if needed.]

Thank you for considering my application. My CV and [requested material] are attached. I would welcome the opportunity to discuss how my experience fits the role.

Kind regards,
[name]

准备：岗位原文、公司官方信息、两张最相关证据卡。 **操作：**每段只做一件事：申请目标、证据、为什么适合、下一步。 **产出：**一封针对当前岗位、信息与简历一致的求职信。 **验收：**更换公司名称后仍完全通用的段落，需要重写得具体。 **卡住：**没有两段强经历时，保留一段可靠证据即可，不用虚构第二段。

六、毕业后空档说明

[日期]至[日期]，我主要在做[真实活动：求职、课程、照护、健康恢复、个人项目等]。
其中与本岗位相关的是[真实且可公开的产出]。目前我可以在[已确认日期]开始工作。

From [date] to [date], I focused on [truthful activity]. During that period, I completed [relevant, verifiable output, if any]. I am now available from [confirmed date].

不用把所有私人细节写进简历。说明时间线时保持真实、简短、一致；没有成果就不声称有成果。

七、专业与岗位不匹配说明

我的学位是[真实专业]。我开始考虑[目标岗位]，源于[真实动机或任务]。
为了验证这个方向，我完成了[真实项目/课程/实践]，主要负责[个人贡献]。
这些证据对应岗位中的[具体要求]。我目前还需要补齐[真实缺口]，正在通过[计划]解决。

核心是证明可迁移能力和已经做过的尝试。不要把“愿意学习”当成已掌握技能。

八、提交前检查单

- [ ] 岗位ID、公司名、角色名称正确。
- [ ] 学位、毕业日期、经历时间、工作资格在所有材料中一致。
- [ ] 每个数字、成果、职务都能找到真实依据。

- [ ] 每个作品链接无需你本人账号也能打开；保密材料已移除。
- [ ] 文件格式、命名、大小、页数符合原文要求。
- [ ] 联系方式正确，跨境电话和邮箱可用。
- [ ] 文件中没有批注、修订痕迹、其他公司名称或方括号占位符。
- [ ] 最终版本与提交回执已放入个人申请台账。

推荐本地命名：[岗位ID]_[姓名]_[CV或Resume]_[语言]_[YYYYMMDD].pdf。若雇主规定命名，则优先遵守。

TEMPLATES / 可复制文字

AI 辅助求职提示词

作者：AI酋长Andy 微信：AIPMAndy｜公众号：AI酋长Andy 个人官网：https://metaver.vip/｜公司官网：https://www.a6no1.cn/ 版本：2026-11-13

先删除证件号码、非公开联系方式、合同细节和不允许披露的项目资料。AI 输出是待核对的草稿；本人必须阅读原文、核实事实并作出真实回答。

01 从岗位原文提取硬条件

```
我会粘贴雇主岗位原文。只依据原文提取，不联网补全，不猜测。
输出表格：字段、原文短句、所在段落、可确认结论、仍需询问的问题。
字段至少包括：岗位ID、工作地点、申请截止与时区、毕业时间范围、
专业或学位条件、语言、当前工作资格、未来担保、到岗时间、材料和流程。
未出现的内容标“原文未说明”。
区分 must/required 与 preferred；区分现在可工作与未来需要担保。
不要判断我一定符合，不替我填写身份信息。

岗位原文：
[粘贴原文]
```

验收：每个条件都能回到原文；抽查工作地点、毕业时间、资格和担保四项。 **卡住：**原文截断或页面过期，回雇主官网重新获取，不让AI补齐缺失部分。

02 核对简历是否夸大

```
下面是我的事实记录和简历草稿。请逐句对照。
只标三类：有事实支持、需要补证据、与事实不符。
不要增加数字、公司、客户、职位、技能或成果。
对于需要改写的句子，给出使用已有事实的更清楚版本。
区分本人工作与团队成果，区分课程项目与正式实习。

事实记录：[脱敏事实]
简历草稿：[草稿]
岗位关键要求：[原文]
```

验收：改稿中没有原记录不存在的事实。语言顺了但事实变了，仍然不合格。

03 练习真实面试

```
请模拟[岗位]面试官。你只负责提问和反馈，不代替我作答。
每次只问一个问题，等我回答后再追问。
优先追问：我实际负责什么、为什么这样做、证据是什么、有什么限制。
如果我说出无法证明的数字或夸大的贡献，请指出并让我更正。
结束后按“题目、我的原答、证据缺口、下一次练习”整理。
不要承诺这套答案会通过面试。

岗位原文：[脱敏内容]
可用事实：[真实经历卡]
```

验收：你能离开屏幕自己回答并应对追问。不能让AI实时冒充你完成雇主要求独立完成的测评或面试。

04 诊断申请台账

```
以下是脱敏的求职记录。先检查是否有重复岗位、缺失日期、
不同地区或岗位混在一起，以及阶段口径不一致。
把“雇主明确反馈”与“我自己的推测”分开。
请列出当前最可能的三个瓶颈，每个说明支持证据和反对证据。
提出下周只改一项的实验，写明动作、观察周期和记录字段。
没有足够样本时直接说无法判断；不能编造成功率或行业基准。
不要把相关性写成因果。

记录：[删去姓名、邮箱和敏感内容后的表格]
本轮目标：[地区与岗位]
```

验收：建议能对应具体记录；没有“所有地区都这样”的推断。一次小幅调整产生变化，也只能作为后续判断线索。

05 比较两条路线的未知项

```
请基于我提供的真实条件，整理留当地、去第三地、回国的对比表。
只做信息整理，不给签证批准结论。
每项写：已知事实、未知问题、应由谁确认、所需材料、最晚确认日。
身份与雇主条件是硬门槛，不得通过主观评分抵消。
所有数字只使用我的输入；货币、税前税后、月与年必须统一后比较。
遇到未核验政策，只提出官方核验方向。

我的条件：[脱敏真实条件]
来源与日期：[官方来源摘要和链接]
成本估算：[本人输入，含币种和口径]
```

验收：你能指出每个判断来自哪里；没有“可能可行”被悄悄改成“符合资格”。

06 翻译后的事实一致性检查

```
对照中文原稿与英文译稿，核对学校、学位、专业、职务、日期、
项目性质、本人贡献、量化结果和工作资格。
列出所有含义变强、变弱或新增的地方。
保留官方名称；不确定的译名标待确认。
优先让表达清楚准确，不用更高级的职位包装经历。

中文：[原稿]
英文：[译稿]
```

AI 可以帮助整理、对照、练习和发现遗漏。本人负责真实陈述、申请提交和应独立完成的评估。每次使用后，把最终人工核对版本写入材料清单。

SOURCES / 一手资料

官方来源与核验记录

本版登记 90 条来源，其中 15 条保留部分核验或冲突状态。编号与正文一致。点击标题打开官方页面；来源可读与个人符合资格是两件事。

逐条完整网址、适用范围和读取限制见网站“来源与核验”及源文件 data/sources-*.json。部分链接可能依赖动态页面或对访问环境有要求。

回国求职

S-CN-01 国（境）外学历学位认证指南

教育部留学服务中心 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：申请人本人提交、材料与流程、分类核验周期及延长可能

限制：正文已打开读取。网页显示发布时间2025-04-02，不能按URL中的20260428推断发布日期。

S-CN-02 留学服务中心网上服务大厅：学历学位认证

教育部留学服务中心 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：认证官方入口与材料类别

限制：材料以当前适用类别和申请系统为准。

S-CN-03 华为校园招聘

华为 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：同一届招聘按国内/海外和学位区分毕业范围

限制：官方检索摘要显示2027届范围；直接打开动态页面无可读正文。本版不将摘要的具体日期写成全面规则，投递前须打开具体岗位确认。

S-CN-05 中国公共招聘网

人力资源和社会保障部 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：公共就业资源入口，不支持任何特定岗位仍开放的结论

限制：本次直接读取超时；保留官方入口，未逐条核验平台岗位，不能声称当前网站或职位已正常打开。

回国及海外招聘

S-CN-04 腾讯海外校园招聘FAQ

腾讯 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：海外入口、当地工作许可与在校要求分开核验

限制：官方检索摘要可读，动态页面未返回正文。只作阅读方法示例，岗位与批次细则待申请时确认。

香港

S-HK-01 Immigration Arrangements for Non-local Graduates (IANG)

香港入境事务处 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：IANG 适用学历和课程、毕业后六个月分类、初次申请与续期条件。

限制：读取官方正文；个人资格须逐项核验，六个月分类窗口不等于现有逗留期限。

S-HK-02 Immigration Arrangement for Non-local Graduates - FAQ

香港入境事务处 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：IANG 近期与非近期毕业生区别，以及仅有时间限制者在获准逗留期间的就业安排。

限制：仅用于 IANG，不套用在读学生条件。

S-HK-03 Recruitment & Job / Internship

香港大学 CEDARS | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：本校招聘活动、NETjobs、JIJIS、实习项目和账号适用群体。

限制：招聘会时间属于该校活动节奏，不是所有香港岗位的统一窗口。

S-HK-04 HKU Careers - How To Apply

香港大学人力资源处 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：作为雇主的网申流程、CV 自动读取后仍须补全信息、提交回执与申请门户。

限制：仅为真实申请流程示例，不代表正在招聘任何特定岗位。

日本

S-JP-01 Job Hunting Guide for International Students 2027

日本学生支援机构 JASSO | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：预报名与正式申请区别；履历书、Entry Sheet、学校职业中心检查材料的使用方法。

限制：已读取完整 PDF 的相关正文，重点为印刷页 12、43 至 47；未复制其案例。

S-JP-02 Job Hunting Guide 2027 - Job Hunting Schedule

日本学生支援机构 JASSO | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：2027 求职日程示例、新卒与全年招聘并存、九月毕业者应确认入社月份。

限制：已打开并截图检查整页图。政府请求的日程不是每家雇主实际截止日。

S-JP-03 大学等を卒業後就職活動のための滞在をご希望のみなさまへ

日本出入国在留管理厅 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：符合条件毕业生继续求职的特定活动在留安排、学校推荐及第二年项目条件。

限制：条件化表述；不把求职在留等同正式受雇资格。 直接打开返回403；官方搜索索引支持所列内容，实时正文访问仍待确认。

S-JP-04 Career Search - Open for Professionals

日本贸易振兴机构 JETRO | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：全球人才企业名单、外国人就业服务中心等官方求职资源。

限制：企业名录不等于实时职位、担保承诺或录用。

新加坡

S-SG-01 Graduate from an Institute of Higher Learning Seeking Employment in Singapore

新加坡移民与关卡局 ICA | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：指定本地高校毕业生求职 LTVP 的适用范围、申请而非自动获得。

限制：停留求职与工作准证分开核验。

S-SG-02 Eligibility for Employment Pass

新加坡人力部 MOM | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：EP 薪资门槛、COMPASS、年龄行业差异及 2027 变更栏。

限制：实际读取页面含 2026-11-03 更新标识；未把最低门槛当作获批保证。

S-SG-03 Key facts on S Pass

新加坡人力部 MOM | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：雇主申请、资格门槛、雇主配额征税以及 2027 新申请门槛变化。

限制：不在正文固化统一最低数字；按预计申请日期及个人情况核验。

S-SG-04 Work pass exemption for foreign students

新加坡人力部 MOM | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：在读工作豁免有院校与活动条件；学业完成且学生准证到期后需相应工作准证。

限制：不把工作豁免推广到交换生或所有学生。

S-SG-05 Employment Opportunities - NUS Centre for Future-ready Graduates

新加坡国立大学 NUS | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：TalentConnect 面向本校学生和校友，提供岗位、实习等资源。

限制：平台账号与具体岗位资格分开核验。

S-SG-06 Create an Impressive Resume

新加坡国立大学 NUS | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：毕业生简历倒序结构与教育、经历、项目、技能内容。

限制：只作为材料方法，不代表每个雇主同一格式。

S-SG-07 Students - NUS Centre for Future-ready Graduates

新加坡国立大学 NUS | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：本校招聘宣讲和行业活动安排。

限制：八至十月及一至三月指该校宣讲节奏；过往活动不当作当前招聘。

澳大利亚

S-AU-01 Temporary Graduate visa 485 - Post-Higher Education Work stream

澳大利亚内政部 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：该类别的一般年龄、境内申请、学历学习要求、近期学生签证与分条件停留年限。

限制：官方搜索索引正文可读取；直接打开动态页仅返回页面外壳。以原站对应类别最新条件核验；不采纳索引中未更新的家属后续入境说法。 动态页面仅返回外壳；官方索引可读取支持内容，申请前须在原站复核。

S-AU-02 Check visa details and conditions

澳大利亚内政部 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：VEVO 显示当前生效签证及其条件，不显示尚未生效的签证权益。

限制：用于指导读者核对当前工作权。

S-AU-03 How to find a job

悉尼大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：CareerHub、招聘会、雇主官网，以及部分次年入职 graduate programme 从当年三月起招聘的提醒。

限制：为该校职业指导中的一般节奏；岗位日期始终以雇主原文为准。

S-AU-04 How to write a resume

悉尼大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：按岗位调整简历、行业长度差异、个人信息与签证工作权表述建议。

限制：不规定所有澳洲简历都必须一页。

S-AU-05 Addressing selection criteria

悉尼大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：独立 selection criteria 陈述、网申回应与求职信等不同形式。

限制：仅当岗位要求时提供相应材料，不默认全部雇主都要求。

S-AU-06 Migration Amendment (Temporary Graduate Visa Reform) Regulations 2026 - F2026L01500

澳大利亚 Federal Register of Legislation | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：2026-11-13 生效；调整 485 附属申请资格及与主申请同时合并申请，对生效日及之后申请适用。

限制：已点击 Document 读取法规原文的生效表、1229(3) 与过渡适用条款；家庭例外未在本册逐项展开。

新西兰

S-NZ-01 Post-Study Work Visa

新西兰移民局 INZ | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：PSWV 的资格、申请窗口按情形区分；部分未来资格扩展日期。

限制：2026-11-13 实际打开正文显示资格扩展为11月23日；另一官方公告仍为11月16日。基础路径可核验，扩展日期待官方澄清。

S-NZ-02 Qualifications needed for a Post-Study Work Visa

新西兰移民局 INZ | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：学位与非学位资格、全日制学习条件及部分非学位资格的相关工作要求。

限制：需按完整资格名称核对；不以 level 数字单独判断。

S-NZ-03 Post-Study Work Visa eligibility extended from 16 November 2026

新西兰移民局 INZ | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：2026-09-10 公告中对未来 Graduate Diploma 扩展的说明及其日期。

限制：与实际读取主页面的11月23日冲突；核验日早于两日期，均不作为已生效个人资格。

S-NZ-04 Getting a job when you graduate

奥克兰大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：Graduate training programmes 与全年 direct entry 空缺的区别、面向国际学生的求职指导。

限制：该校说明为路线参考，不代表所有行业招聘期限。

S-NZ-05 Your CV and cover letter

奥克兰大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：按岗位定制 CV 和 cover letter、检查材料一致性。

限制：不复制学校示例或学生案例。

S-NZ-06 How we can help you

奥克兰大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：学生职业规划、职位简报、雇主活动与申请反馈服务，学校不负责安置工作。

限制：示例服务面向该校相应学生。

澳门

S-MO-01 专业、非专业外地雇员申请须知

澳门劳工事务局 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：雇主先申请聘用许可，再向治安警察局办理受聘者逗留许可，获相应许可后工作。

限制：未由此推定某位毕业生或雇主必然获批。

S-MO-02 UM Student Job Vacancy System

澳门大学学生事务部 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：学校职位系统及非本地学生的受薪／无薪活动许可提示。

限制：岗位展示不等于所有学生可合法接受。 直接打开返回503；官方搜索索引支持所列内容，不能据此认定链接永久失效。

S-MO-03 Student Counselling Section - New Student Handbook

澳门大学 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：校友导师、职业培训、招聘会与职位系统等本校资源。

限制：活动权限及当年时间应再次向本校确认。 直接打开超时；官方搜索索引支持所列内容，实时可达性未确认。

台湾

S-TW-01 大陆地区人民来台就读专科以上学校办法

教育部主管法规共用系统 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：第十五条在学工作限制；第十八条毕业离境及继续就学相关规定。

限制：已读取官方现行条文；不将该身份与侨外生混同。

S-TW-02 政府开放陆生报考技术士技能检定与工作资格问答

大陆委员会 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：2025-11-11 问答：技能检定不等于工作资格，陆生毕业留台工作尚未开放。

限制：适用官方认定的大陆学生身份，特殊身份另查。 直接打开返回403；官方搜索索引支持所列内容，实时正文访问仍待确认。

S-TW-03 毕业侨外生留台工作

劳动部劳动力发展署 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：侨外生工作制度的单独适用范围与核验入口。

限制：仅用于说明制度区分，不给大陆学生套用其中评点及延期居留规则。

韩国

S-KR-01 Job Seeker (D-10) Visa Scheme Improvements

韩国法务部／出入境外国人政策本部 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：符合条件的韩国高校毕业生 D-10 求职停留及实习安排的改进。

限制：2025-12-02 官方英文说明，明确是韩国国内高校毕业生适用群体。

S-KR-02 D-10 制度主要改进与实施日说明

韩国法务部／出入境外国人政策本部 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：D-10 改进内容与2025-10-29实施日。

限制：韩文官方附件；具体评分和个人资格未在本册穷尽。

S-KR-03 Employment in Korea - Job Search

Study in Korea（韩国政府运营） | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：招聘渠道、履历及自我介绍格式、提交前保存副本和一般选拔流程。

限制：页面流程为一般介绍，不当作每家雇主完全相同的流程。 直接打开超时；官方搜索索引支持所列内容，实时可达性未确认。

S-KR-04 Residence and Stay Information - Job-Seeking Visa

Study in Korea（韩国政府运营） | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：求职与正式就业类型区分，以及本次发现的旧年限表述。

限制：仍显示最长两年、每次六个月等旧口径；仅作为冲突记录，不用于覆盖更新的法务部规则。

马来西亚

S-MY-01 Graduate Pass

Education Malaysia Global Services（EMGS） | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：中国公民适用延伸至2026-12-31、品行证明、有效学生准证等条件。

限制：这是政策服务延伸期限，不是个人准证到期日；2027续展未核验。

S-MY-02 FAQ - Graduate (Social) Visit Pass

马来西亚移民局 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：Graduate Pass 为长期社交访问安排，工作仅限准许领域兼职；基本学历、身份、材料要求。

限制：以移民局限定表述为准，不采用营销页容易误读为无限制全职工作的概括。

S-MY-03 Graduate Employability and Career Centre

马来亚大学 | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：学校职业发展、招聘活动与学生机会入口。

限制：公开入口已核验，具体机会和账户权限需读者按本校现行规则确认。

阿联酋

S-AE-01 Jobseeker visit visa

阿联酋政府官方门户 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：求职访问时长选项与学历、技能／指定高校毕业、资金担保等条件。

限制：本册只给资格核验方法，不推定任何海外毕业生都适用。 直接打开超时；官方搜索索引支持所列内容，实时可达性未确认。

S-AE-02 Tips to stay safe from labour and visa fraud

阿联酋政府官方门户 | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：访问／旅游签证不授予工作权、正式聘用文件的官方核查方法。

限制：MOHRE 文件核验表述限定适用聘用情形；自由区及其他主管机构另列缺口。 直接打开未取得可读正文；已读取官方搜索索引，实时正文仍待确认。

S-AE-03 Career Services

American University of Sharjah | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：职业门户、简历与求职信指导、模拟面试、实习协调等本校服务。

限制：未采纳网页上的学生案例或就业结果。

S-AE-04 AUS Career Fair 2026

American University of Sharjah | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：招聘会面向本校学生、校友及受邀雇主的资格限制示例。

限制：活动已过去，只用于解释资源权限，不宣传为仍可报名的活动。

荷兰

S-JD-01 Graduate Quantitative Researcher (2027 Start)

Optiver | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：一个真实毕业生岗位的地点、能力条件与偏好、英文CV及正式申请渠道、担保表述和7天测评准备要求，用于八字段阅读教学

限制：已直接打开读取岗位正文。申请入口可点击，但动态表单字段未完整返回；未核验全部网申题。岗位未显示精确毕业范围、申请截止日或职位编号；不推测补齐，也不保证读者访问时仍开放。

S-NL-01 Residence permit for orientation year

Immigration and Naturalisation Service (IND) | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：境内外学历路径、排名组合、语言与评估、许可期限

限制：页面2026-10-07更新；境外学位通常需核毕业时指定排名中的至少两家前200等，不简化为单一QS排名。

S-NL-02 Residence permit for the orientation year as a highly educated migrant seeking employment

Government of the Netherlands | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：毕业或研究后3年内的orientation year通用入口

限制：概览适用于导航，个人条件以IND详细条款为准。

S-NL-03 Living and working conditions: Netherlands

EURES / European Labour Authority | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：UWV/EURES渠道、CV与申请信、当地求职流程

限制：职位可浏览不等于中国籍读者取得自由流动或工作权。

S-NL-04 Job Application Tips

Erasmus University Rotterdam | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：岗位分析、项目CV、动机信、面试及信息访谈

限制：未采用页面未经进一步核实的隐藏职位比例等营销数字。

欧洲招聘示例

S-JD-02 Applying to Optiver Europe: Recruitment FAQ

Optiver | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：雇主2026/27招聘季的一般毕业范围、具体岗位条件优先以及签证支持逐案判断，不能外推为其他公司的规则

限制：已直接打开读取完整相关章节；页面发布日期为2026-06-11。FAQ只作一般筛选依据，不替代具体岗位或主管机关对个人资格的判断。

美国

S-US-01 F-1 Practical Training Overview

DHS / Study in the States | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：CPT、OPT、STEM OPT 的区别与所学领域关联

限制：官方PDF可打开。仅用于基础类别说明，不替代个人资格或最新递交要求。

S-US-02 F-1 Optional Practical Training after program (Post-Completion OPT)

MIT International Students Office | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：完成日期、学校推荐、授权及材料办理的核验方法

限制：已读正文与日期限制段落；MIT内部流程不得套用于其他学校。USCIS核心网页本轮403，未假称直接读取。

S-US-03 Recruiting Guidelines for Employers

MIT Career Advising & Professional Development | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：校园招聘周期示例与入职时间核对

限制：MIT校招示例，不代表全美国所有行业统一窗口。

S-US-04 Find a job or internship

MIT Career Advising & Professional Development | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：学校平台、校友访谈、搜索提醒、申请台账与材料反馈

限制：公开指南可读，校内服务的使用资格须单独核对。

加拿大

S-CA-01 Post-graduation work permit: Who can apply

Immigration, Refugees and Citizenship Canada | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：PGWP学校项目、学习状态、180天窗口及语言与学位分类

限制：已读general eligibility和program分支；境内身份、待审工作权利、特殊项目仍须按本人分支核对。

S-CA-02 Post-graduation work permit: Field of study requirement

Immigration, Refugees and Citizenship Canada | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：专业领域豁免、CIP编码及不同申请日期的判断

限制：名单会变，正文不替具体读者选择CIP编码。

S-CA-03 Resumes and cover letters

University of British Columbia | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：定制resume、成果表达、cover letter与CareersOnline入口

限制：只说明资源及材料方法；不把UBC服务当成所有读者可登录资源。

英国

S-UK-01 Graduate visa: Overview

UK Government / Home Office | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：Graduate visa申请地点、课程完成、申请时点及2027年期限变化

限制：已核对：2026-12-31及以前申请2年；2027-01-01起18个月；博士3年。个人仍须满足全部条件。

S-UK-02 Skilled Worker visa: Overview

UK Government / Home Office | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：担保雇主、CoS、合格岗位与薪酬等条件

限制：未固定复述易变的工资或费用数字；按岗位和CoS日期进一步核对。

S-UK-03 Finding advertised opportunities

University of Oxford Careers Service | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：graduate schemes与直接入职岗位的不同窗口和渠道

限制：高校指导说明提前申请逻辑，不是当期每家雇主的最终截止日。

爱尔兰

S-IE-01 Third level graduate programme

Immigration Service Delivery, Ireland | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：Stamp 1G适用资格、申请时点、Level 8与Level 9以上期限

限制：24个月为符合条件的两个12个月阶段，不是自动一次授予。

S-IE-02 Critical Skills Employment Permit

Department of Enterprise, Tourism and Employment, Ireland | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：Critical Skills岗位、资质、薪酬与合同条件

限制：正文不把热门专业等同许可资格，不固定工资门槛。

S-IE-03 Careers for international students

Trinity College Dublin | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：MyCareer、职业咨询、CV检查、模拟面试和雇主活动

限制：只将Trinity作为学校服务示例；其他学校须查本校规定。

S-IE-04 Get Ready to Apply

University College Cork | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：不同雇主的CV、申请表、面试与测评流程

限制：提供流程准备方法，未将任何单一测评流程视为全行业必需。

S-IE-05 Postgraduate Students: Careers and Community

Trinity Business School | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：九月和春季招聘活动的院校示例

限制：页面显示2026-07-10更新；时间只适用于该院校活动描述。

德国

S-DE-01 Prospects after Graduation

German Federal Government / Make it in Germany | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：在德国毕业后的求职居留、18个月上限、生活来源与后续就业路线

限制：不适用于所有境外学历；具体行政材料看当地外管局。

S-DE-02 How can I find a job in Germany?

Bundesagentur für Arbeit | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：官方招聘渠道、材料、投递方式及没有统一申请流程时长

限制：政府就业信息已打开；岗位的最终资格及截止日仍以雇主为准。

S-DE-03 Applying for a Job

German Federal Government / Make it in Germany | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：CV、求职信、证明翻译、语言水平与面试准备

限制：照片等习惯有行业差异，未作为法律要求。

法国

S-FR-01 Carte de séjour ou VLS-TS - Recherche d'emploi/création d'entreprise

Service Public / DILA, France | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：相关学历与居留条件、1年安排、工作关联和薪酬限制

限制：页面标注2026-06-01核验；薪酬阈值未写死，读者需查申请当期数字。

S-FR-02 Recherche d'emploi / Création d'entreprise

France-Visas | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：符合条件的法国毕业生离境后4年内申请回法路线

限制：不是全部境外硕士的通用求职签证。

S-FR-03 Je veux postuler, comment faire ?

France Travail | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：站内申请、直接联系或跳转合作平台的不同投递流程

限制：不推断浏览职位或注册账户自动具有法国工作资格。

S-FR-04 Adaptez votre lettre de motivation à votre acte de candidature

France Travail | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：针对性求职信与主动申请方法

限制：正文为原创步骤，没有复制示例邮件。

瑞典

S-SE-01 Look for work after completing your studies in Sweden

Swedish Migration Agency | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：毕业后许可的完成学业、资金保险、到期前申请及学历分层期限

限制：本硕最长1年，博士1年至18个月；未套用旧的一律12个月口径。

S-SE-02 Find your new job in Sweden

Arbetsförmedlingen | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：招聘渠道、语言要求和学历认可入口

限制：不把英语普及率当成雇主不要求瑞典语的证据。

S-SE-03 Career support

KTH Royal Institute of Technology | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：职业辅导、招聘会、材料反馈和校友导师资源

限制：学校服务仅为示例，读者核对本校访问资格。

S-SE-04 Look for work or start a business

Swedish Migration Agency | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：境外第二周期学历候选人的独立求职路线

限制：与瑞典本地毕业路线分别核对；正文不替读者判定学历等同性。

S-SE-05 Writing a CV

Arbetsförmedlingen | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：CV结构、相关经历、模板与投递检查

限制：未采用来源中未经独立核验的AI自动淘汰推断。

芬兰

S-FI-01 Residence permit to look for work or to start a business

Finnish Immigration Service (Migri) | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：芬兰毕业生求职许可、最长2年、五年窗口及申请地点

限制：已跟随旧URL重定向至当前地址。具体申请页写五年从学习或研究居留到期起算；与FAQ简述差异已公开说明。

S-FI-02 Summer jobs

Aalto University | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：暑期岗位常见申请月份、材料辅导与学校活动

限制：一二月是学校对暑期岗位的指导，不是全国所有岗位截止时间。

S-FI-03 Coming to Finland from abroad

Job Market Finland / KEHA Centre | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：官方职位入口、迁移前查岗位与职业资格

限制：只使用渠道和资格核验提醒；未把欧盟公民的自由流动规定套用于中国籍读者。

S-FI-04 Frequently asked questions: Students

Finnish Immigration Service (Migri) | 2026-11-13 | 部分核验 / 见限制

支持范围：毕业后及离境后求职许可的FAQ与五年窗口表述差异

限制：全文可访问；同页简述存在毕业日/学习居留到期日的不同口径。临界个案必须向Migri确认，不能据此直接判资格。

瑞士

S-CH-01 FAQ - Working

State Secretariat for Migration (SEM), Switzerland | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：瑞士学历第三国毕业生6个月安排与重要科学或经济利益条件

限制：旧faq.0022.html返回404，已改用打开成功的新官方地址；页面2026-07-05发布。

S-CH-02 Students & Interns

Canton of Zurich | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：苏黎世州毕业生求职居留材料与雇主申请就业许可

限制：州级页面，不用于替代其他州办理规则。

S-CH-03 Job Platforms

ETH Zurich | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：ETH、EPFL及校友招聘入口导航

限制：各学校平台访问资格单独核对。

S-CH-04 How to apply for a job

ETH Zurich | 2026-11-13 | 已核验

支持范围：动机信、CV、证明日期一致及按指定渠道投递

限制：照片为可选。未把该指南的家庭信息字段当作所有岗位必须披露的要求。

NEXT STEP / 下一步

带着问题，继续往前走

今天不需要解决所有国家、所有岗位。先确认一条可行路线，完成一次真实申请，把下一步记下来。

完整网站与下载：https://aipmandy.github.io/chinese-international-student-career-guide

作者：**AI酋长Andy** 微信：**AIPMAndy** 公众号：**AI酋长Andy**

个人官网：metaver.vip 公司官网：www.a6no1.cn

免费内容完整开放。需要个人路线、材料、面试或Offer诊断时，可以备注“留学生求职”联系。先说明地区、毕业日期、目标岗位、卡点与已尝试动作。咨询不承诺录用、薪资或身份资格。

原创文字和模板：CC BY 4.0。网站及构建代码：MIT。第三方来源与字体保留其原有权利。版本 v1.0.0 / 2026-11-13