



# 瑞士 联合国

青年外交官  
线上学术课程

## 项目简章

2022暑期



## 项目简章目录

项目概况 .....	3
项目收获 .....	4
联合国简介 .....	5
项目师资 .....	5
项目日程 .....	6
报名须知 .....	8
学员成果 .....	9
学员反馈 .....	9



## 项目概况

课程名称	青年外交官 United Nations Internship Preparation Programme
项目特点	联合国国际组织人才培养在线项目由联合国官方部门设计，在联合国在线学习平台上开展，旨在拉近学员与联合国的距离，增加对联合国的了解，提升学员在国际事务中的知识储备与技能，有效且高效地适应国际多边环境。青年外交官主题还包括联合国实习生的模拟面试环节和申请材料审核，学员在联合国专家和学者的指引下提升个人专业知识与职业技能，树立国际化视野，这将对学员的职业和个人发展产生终身的影响。
项目收获	顺利完成项目且满足考核要求后，学员将获得联合国主办部门颁发的 <a href="#">官方结业证书</a> 与 <a href="#">成绩评定报告</a> ，优秀学员将获得 <a href="#">官方推荐信</a> ，表现优异的学员还将有机会获得联合国的实习机会。
课程概览	联合国 - 青年外交官项目为期4周，学员将有机会获得全方位的国际职业技能培训。项目由联合国联合国专家、外交官及国际官员执教，旨在培养学员国际领导力、国际谈判、国际会议演讲、多边外交等多方面的职业技能，助力未来国际性人才发展。项目还包含联合国实习生培养任务与联合国实习生模拟面试，并由联合国专家对学生提交的简历与求职信进行审核，提出修改意见，提升学员在日后申请联合国实习或正式职位时的自信心与能力！
项目时间	2022年7月18日 – 8月14日/2022年8月1日-8月28日
项目时长	项目为期4周，总学习时间为40-45小时，项目三大组成部分的学习任务量大致如下： <ul style="list-style-type: none"> <li>直播课程：每个直播课程1.5或3小时，每周5小时，总计20小时</li> <li>模块学习：每周3小时，总计12小时</li> <li>实习生培养任务：每周3小时，总计12小时</li> </ul>
授课语言	全英文授课
考核方式	<p><b>完成模块学习并通过测试</b></p> <p>每个课程模块学习完成后都有一个测试，测试包含10-20道题目，测试正确率需达到80%以上，每一个测试有3次机会尝试，其中最高成绩将被计入最终评分。</p> <p><b>选择并完成实习生培养任务</b></p> <p>每一位学员需在四个实习培养任务主题（项目管理/翻译/艺术与设计/外联与宣传）中选择并完成其中之一，实习生培养任务成果将被考核并计入评分。</p>



## 完成个人简历及求职信

每一位学员需完成简历（CV）和求职信（Cover Letter）提交。联合国工作人员将进行指导并评分。

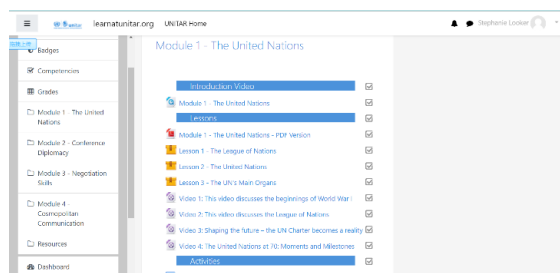
## 学习平台

联合国 - 全球治理与全球胜任力项目的在线研讨会、在线讲座、云参访通过Zoom平台进行授课；

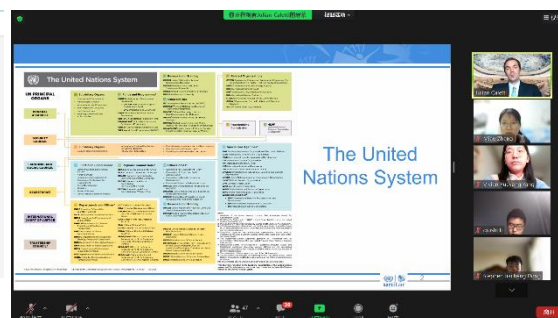
资料学习、学习论坛、评估与测试在联合国官方学习平台Moodle上进行；

实习生培养任务在联合国内部办公软件Microsoft Teams展开。

联合国官方学习平台



Zoom平台直播



## 项目收获

顺利完成项目且满足考核要求后，学员将获得联合国主办部门颁发的官方结业证书与成绩评定报告，优秀学员将获得官方推荐信，表现优异的学员还将有机会获得联合国的实习机会。

*注：联合国主办部门可能会不定期更改版式或内容，以下描述基于往期项目，仅供参考，最终以联合国实际发放版本为准。*

## 结业证书

顺利完成项目且满足考核要求后，学员将获得联合国主办部门颁发的官方结业证书，这既是对学员学习能力的认可，也是对此次在线项目学习的证明。

## 成绩评定报告

评分标准：

- 多选题测试：80-85分通过、85-95分良好、95-100分优秀
- 论坛表现：评估每个课程模块学习过程中学员的论坛表现（例如，论坛参与的质量与数量等）
- 课堂表现：评估学员在直播学习中的表现（例如：积极提问、参与课堂互动等）

## 推荐信

联合国官方主办部门将为项目中的优秀学员签发推荐信。这将在学员日后的留学、求职中起到不可或缺的加分作用。

结业证书（样例）

成绩评定报告（样例）

优秀学员推荐信样例

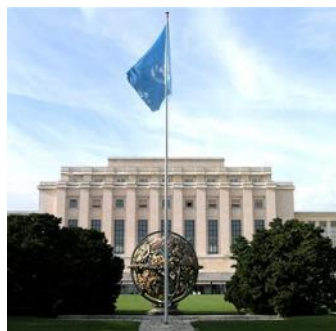




## 联合国简介

### 联合国

联合国（United Nations, 简称 UN）是第二次世界大战后成立的国际组织，是一个由主权国家组成的国际组织。1945 年 10 月 24 日，在美国旧金山签订生效的《联合国宪章》，标志着联合国正式成立。联合国致力于促进各国在国际法、国际安全、经济发展、社会进步、人权及实现世界和平方面的合作。联合国是一个国际性组织，于 1945 年成立，现有会员国 193 个。联合国安全理事会的五大常任理事国有：美利坚合众国、俄罗斯联邦、大不列颠及北爱尔兰联合王国、法兰西共和国和中华人民共和国。联合国的行政首长是联合国秘书长，当前由安东尼奥·古特雷斯担任。联合国共有六种工作语言，分别为英语、法语、俄语、汉语、阿拉伯语和西班牙语。联合国在维护世界和平，缓和国际紧张局势，解决地区冲突方面，在协调国际经济关系，促进世界各国经济、科学、文化的合作与交流方面，都发挥着相当积极的作用。



## 项目师资

项目由联合国主办部门指定的专业教师授课。以下为往期项目的师资，仅供参考。

**Mr. J. L'host**

**杰瑞米·罗霍斯特**

- 谈判技巧、公共演讲技巧和领导技巧培训师
- 驻日内瓦和莫斯科的专职高级顾问，与联合国各部门保持长期国际合作



**Ms. M. Astre-Démoulin****玛丽·何塞·阿斯特·德穆兰**

- 培训与咨询集团The November Company的创始人兼总经理
- 任职于联合国日内瓦办事处发展和学习科
- 联合国日内瓦办事处人力资源师和管理人员的首席培训官
- 伯尔尼传播博物馆跨文化传播问题专家

**Mr. Lars Tillfors**  
**拉尔斯·蒂尔福斯**

- 曾任瑞典外交官，长期从事多边和双边外交谈判工作
- 曾在纽约、日内瓦和华盛顿担任代表和国际公务员
- 青年外交官、国际公务员外交及多边谈判培训师

**Ms. C. Doole**  
**克莱尔·杜尔**

- 公共演讲技巧专家
- 前BBC驻伦敦、布鲁塞尔和日内瓦记者
- 联合国、国际红十字联合会和世界自然基金会发言人

**Ms. A. Richard**  
**爱丽丝·理查德**

- 联合国可持续发展目标培训师
- Co-CREATE ImpACT创始人
- 曾工作于联合国儿童基金会

**Mr. J. Caletti**  
**朱利安·卡莱蒂**

- 联合国系统和联合国项目专家
- 联合国青年领袖培训计划负责人
- 精通德语、英语、西班牙语、法语、葡萄牙语和普通话

**项目日程**

以下日程基于往期项目，仅供参考。实际日程可能有调整，以最终项目安排为准。

日期	课程类型	直播课程	模块学习
第 1 周	在线研讨会	<b>欢迎仪式与联合国系统</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 联合国历史</li> <li>• 联合国职能</li> <li>• 联合国职业发展</li> </ul>	<b>模块 1：联合国</b> <b>国际联盟</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 历史与构想/第一次世界大战/国际联盟/日内瓦/失败或成功？</li> </ul>
第 1 周	在线研讨会	<b>联合国项目与实用性案例</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 联合国项目介绍</li> <li>• 实用性案例分析</li> </ul>	<b>联合国</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 联合国的成立/联合国宪章/联合国系统</li> </ul>
第 1 周	在线研讨会	<b>工作申请技能</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 简历写作</li> <li>• 求职信写作</li> <li>• 职位申请</li> </ul>	<b>联合国主要机关</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 联合国大会/安全理事会/联合国经济及社会理事会/联合国国际法院</li> </ul>



日期	课程类型	直播课程	模块学习
第 2 周	在线讲座	<b>多边会议与外交</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 多边会议的作用</li> <li>• 多边会议组成</li> <li>• 模拟决议：无碳日内瓦</li> </ul>	<b>模块 2：会议外交</b> <b>召开会议的原因？</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 会议的种类/会议的功能/会议在现实世界中的成果</li> </ul>
第 2 周	云参访	<b>万国宫导览</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 参访人权与文明联盟会议厅、大会厅、理事会厅等</li> <li>• 万国宫作为国际联盟总部的历史</li> </ul>	<b>会议的基本要素</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 任务/代表/办事处/秘书处/东道国/会议结构/场地/议事规则/主权/协议/会议动态</li> </ul> <b>会议流程</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 会前准备/会议文件/代表注册/会议开幕并选举主席/通过议事规则/通过议程/选举办事处/工作组织和行政事项/一般性辩论/委员会工作/报告和决策：结果/会议闭幕和后续行动</li> </ul>
第 3 周	在线讲座	<b>公众演讲技能</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 公众演讲的挑战</li> <li>• 如何成为好的演讲者</li> <li>• 演讲准备、目的和结构</li> </ul>	<b>模块 3：谈判技能</b> <b>谈判的定义</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 简介</li> </ul> <b>谈判者的“话语权工具”</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 引言</li> <li>• 谈判者的工具—概述</li> <li>• 通话功能的“剪切/移动”工具</li> <li>• 话语权的“程序”工具</li> <li>• 成功谈判的 7 个原则</li> </ul>
第 3 周	在线研讨会	<b>联合国职业发展指导</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 联合国职位申请</li> </ul>	
第 4 周	在线研讨会	<b>可持续发展目标</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 17 个可持续发展目标</li> <li>• 可持续发展议程</li> <li>• 可持续发展在行动</li> </ul>	<b>模块 4：国际沟通</b> <b>国际沟通</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 国际沟通的定义/跨文化沟通/冰山文化概念/洋葱模型</li> </ul>
第 4 周	在线研讨会	<b>模拟面试 I</b>	<b>沟通的类型</b>
第 4 周	在线研讨会	<b>模拟面试 II</b>	<b>有效的国际沟通</b>
第 4 周	在线研讨会	<b>结业仪式</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 导论/为何会发生误解/沟通的障碍</li> </ul> <b>高效的多元文化会议</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 沟通的障碍/层级/会议的目的</li> </ul>

## 实习生培养任务



实习生培养任务类似于联合国实习生的日常实习工作，在联合国内部办公软件 Microsoft Teams 展开。通过实习生培养任务，学生将真实体验联合国的办公环境，为日后的职业发展做准备。在项目最后一周，学员需提交简历（CV）和求职信（Cover Letter），联合国工作人员将进行指导评分。学员可选择的实习生培养任务包含：

- 项目管理
- 艺术与设计
- 外联与宣传

## 报名须知

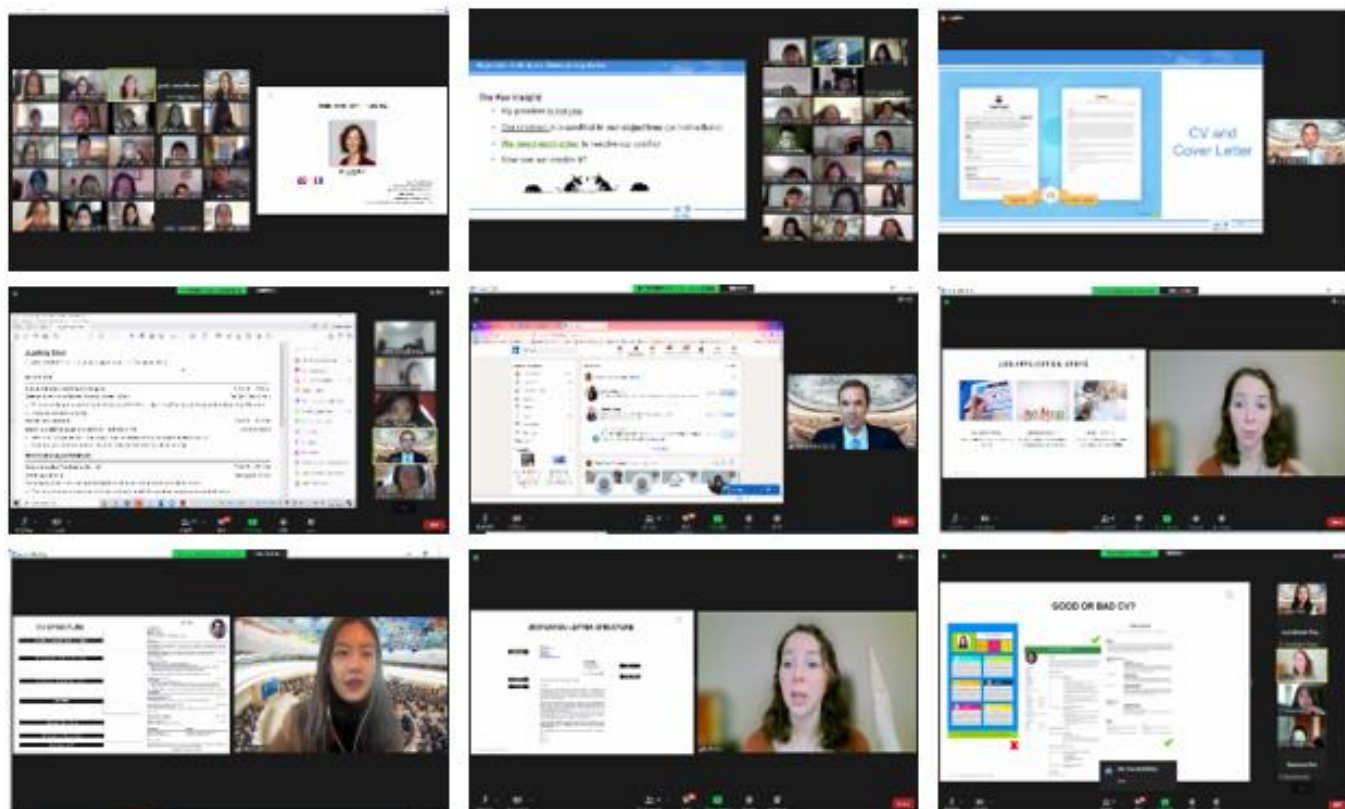
申请对象	在读本科生、硕士生
录取人数	通常每班 50 人。
项目费用	人民币 9980 元
录取信	报名成功的同学将收到联合国主办部门签发的录取信。



## 学员成果

以下选取往期学员的结业项目成果，包括：

- 完成课程材料学习并通过测试（每周一个模块，三次机会，最高分达到 80 以上为该模块考核通过）
- 完成联合国的个人实训项目（项目管理/艺术与设计/外联与宣传），项目作业的完成度将计入最终的考评
- 完成个人简历及求职信写作，并完成润色



## 学员反馈

刘同学，武汉大学，2022寒假班学员

在这门课程中，我的英语口语得到了很大的提高，在交流讨论之中获得更多的机会像母语者一样思考与表达。同时，我很高兴能在这里与热情的朋友和有经验的专家学习和交流。在课程中我了解了联合国工作内容与责任，了解了2030议程，明白了许多谈判与外交的原则与技巧。

在交流中我体会到了世界文化的多样性，看到了这种多样性所带来的快乐与困扰。在博弈游戏中，虽然在一开始对游戏规则不太了解，互相试探的过程中不断一起丢分。但经过代表们有效的谈判之后，我们最终达成了共识，信守承诺，互相信任，真正实现了公平与共赢，展现了中国大国风采。

难忘Julian 的和蔼专业，谈笑风生，联合国项目组织者的帮助；



难忘几位专家教授带来的专业培训与丰富经历，让我们了解理论和议题的同时，也有了充分的实务准备；

难忘口语出色，思维开阔的同学们，伙伴们，相信你们在未来，在国际舞台一定会大放异彩；

难忘中方老师认真负责，每一次作业和课程前都会贴心提醒；

难忘在这里每一次表达得到的回应与善意，每一次思维与知识的碰撞与交锋；

难忘镜头前每一张求知欲满满的笑脸。

我坐在宿舍的书桌前，回忆着这些，而后迎接我的大三的第二个学期，选择与竞争接踵而至，这门课无疑增加了我的信心与实力，帮助我在未来走得更远。

### 牧同学，华中科技大学，2022寒假班学员

寒假期间，我参与了由联合国训练研究所(UNITAR)开设的United Nations Internship Preparation Programme，在为期四周的学习中收获颇丰。

第一，我对于联合国这一国际组织有了更深入的了解。在第一周的课程学习中，我熟悉了联合国的主要组成机构和职能，以及它们如何开展工作、相互协调。

第二，我掌握了会议外交的概念和内容、功能。会议是多边外交的主要方式，各参与国要在维护本国利益的同时尊重其他国家的核心关切，从而达成共同利益最大化的一致协议。

第三，我对可持续发展这一概念有了更深刻的认识。在一节网络研讨课上，教师向我们介绍了联合国的17个可持续发展目标(SDG goals)。我了解到世界各国在可持续发展上的现状，纠正了以往的一些错误认知。同时，我们也通过小组讨论研究了如何从自己身上践行可持续发展。

第四，我学习了基本的沟通协商技能。通过“Red and Black”游戏，我认识到国家之间进行沟通的必要性。直接、透明的交流能够消除误解，明确彼此核心利益关切，从而避免进一步的猜疑和冲突。在沟通过程中也涉及到各种实用技巧，加以综合运用可以达到最理想的效果。

第五，我熟悉了工作申请、简历写作和面试流程。虽然我目前还是一名大二学生，但这些知识在我将来的职业发展中一定会有切实的作用。我会在接下来的校园生活中丰富实践经历、增加工作的经验和能力，做好职业生涯规划。

现在课程已经结束，我也有很多感想和大家分享。

我是一名医科学生，但从小我的兴趣就十分广泛。父母也常鼓励我全方面发展自己，抓住更多机会拓宽视野。所以我在学习自然科学的同时，也一直没有放弃对政治、历史、哲学一类社会科学的探索。在日常学习中，我在课余时间关注国际新闻、阅读各种社科书籍。我在高中参加过模拟联合国活动，这样的经历让我对联合国产生了强烈的兴趣和向往，渴望有朝一日在联合国中代表我的国家为全人类做出贡献。去年十一月，一个偶然的机会让我发现了UNITAR课程项目，对国际事务的兴趣让我决定参与其中。

四周的学习并不漫长，但在此过程中我遇到了很多意料之外的困难。比如CV/CL的写作，之前我从未完成过类似的任务。不过最后在我自己的努力以及UNITAR人员的指导下，我按时完成了简历信的写作。类似的例子还有数个，比如模拟面试、公众演讲课程，都给予了我各种必要的知识和训练。我认为这些都是将来我进入工作必不可少的环节，UNITAR课程帮助我提前攻克了这一困难，在职业生涯上起到很大的助推作用。

最后感谢学校项目相关人员所做的工作，也感谢UNITAR为我们开拓出的新的视野。

### 张同学，华中科技大学，2022寒假班学员

在课程安排方面，我觉得整个课程设置都非常好，几乎每节课都干货满满，尤其是



negotiation skills和SDG的课程，虽然是上网课的方式，上课方式也很新颖，加入的分组workshop辅助了课程的核心部分，还能我们在屏幕前依然感觉到了超强的参与感。CV和CL写作以及Public speaking的面试技巧课对个人将来的求职也有很大帮助。我最感兴趣的是SDG的2030年17个可持续发展目标，也为我近几年想做什么方面的事情提供了一个方向。对于每周需要完成自学PDF，我认为第一周和第二周内容相对较难，自己缺少历史相关知识，材料中还有非常多的生词，任务量也较多，前两周会较辛苦一些。

在自我技能提升方面，除了掌握CV、CL还有面试技巧，Julian在最初还提供了很多与联合国有关的学习网站，比如UN CC Learning, UN SDG: Learn, 我也获得了更多去了解联合国的渠道，并且已经熟练运用MS Teams，在培训期间我也尝试通过INSPIRA系统申请intern和YPP。

### 孟同学，江苏大学，2022寒假班学员

从寒假开始，到寒假结束，海外学习让我的假期更加充实。回想这段时间的学习，我有很多感想。

首先，我感到很荣幸能够遇到Julian Calletti等海外老师，给予我们全英文的授课，很高兴遇到陪伴和提醒我们学习的Angelina Zhi老师，也很开心遇到一起学习的伙伴们。通过一个假期的学习，全英文的环境锻炼了我的听力，老师们纯正的发音以及地道的语音语调在我脑海中回响，在日后每当看到英文文章，我就不由地模仿国际老师的语音语调去连读，我也能明显地感觉到自己在英语的听和读方面相比以前有了提升。

其次，在学习的内容方面，联合国、多边会议、沟通技能、领导技能、可持续发展和公众演讲等方面，通过听老师讲解，和同学们小组讨论、做一些游戏等，也确实让我感到世界各国处在紧密的联系之中，全人类面临的问题需要全世界人民携手解决，这样才能让世界处于和平、安全与发展中，秉持人类命运共同体理念。

最后，在模块学习中，通过观看平台上发布的视频以及文章，我看到了珍贵的世界历史的资料，打开了我的视野；通过做讨论区的任务，对于同一个问题，每个同学都各抒己见，通过看其他同学的发言，我体会到“百家争鸣”的感觉，同学们的回答都非常精彩。通过自己写简历、求职信以及项目规划等，我认识到国际上原来有这些任务要做，初步了解到如何撰写自己的简历、求职信以及项目规划等，这是很有收获的。通过做每个模块的测试，我了解到一些国际常识。总而言之，对我来说，参加这次海外学习，我不仅获得证书，而且在这个过程中我有所思考，有所锻炼，有所成长，有所提高。