



中国对外友好合作服务中心

2016 年冬季美国职场践习项目

Short Term Enrichment Program

学生分享

主办方：中国对外友好合作服务中心



赴美学生分享

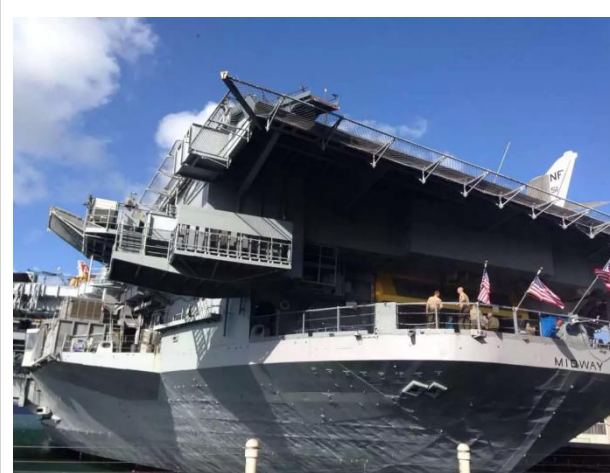
1.徐悦

见习企业简介

Host Organization Name:	USS MIDWAY MUSEUM
Type of Organization:	Museum
Website:	www.midway.org
Email:	SSuslik@MIDWAY.ORG
OrganizationDescription : The USS Midway Museum is an unforgettable adventure for the entire family. Guests can spend the day exploring more than 60 exhibits with a collection of 29 restored aircraft. The self-guided audio tour, narrated by Midway sailors, brings the carrier's history to life. Those who dare can "take to the sky" aboard one of two flight simulators. Swimmers and sun lovers are drawn to the excellent surf conditions and soft sand San Diego beaches offer.	

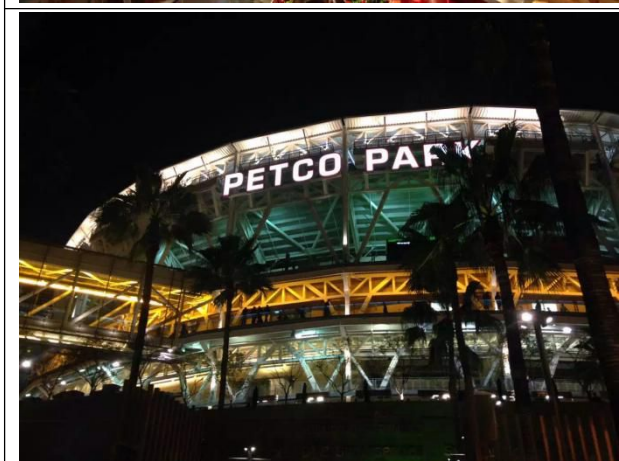
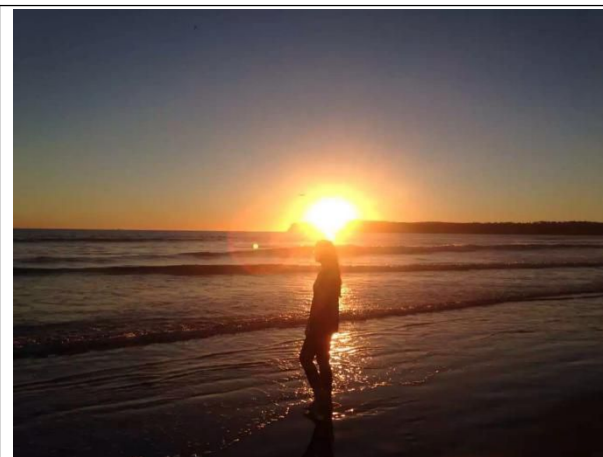
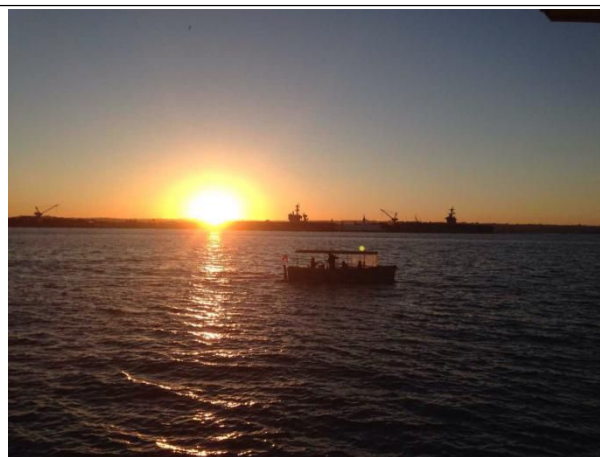


工作环境





生活环境





感言

我所在的践习机构位于圣地亚哥的中途岛号航空母舰，到美的第二天就迫不及待的去看看她的样子，她曾是美国海军的一个标志，是美国海军中途岛级航空母舰的首舰。她在 1943 年开始建造，1945 年下水服役，到 1992 退出舰队序列，1997 年正式退役，整整经历了 42 年的军旅生涯。她于 1945 年 9 月下水，刚好是日本投降后一个月，所以无缘 40 年代的二次世界大战。她参加过 60，70 年代的越南战争，以及 90 年代的沙漠风暴行动等多项美国海军的军事活动。

2004 年，这艘航母的最终休息地被安排在圣地亚哥海军栈桥附近，由非盈利机构接管并开放成为博物馆。

游客可以参观这艘庞然巨物的舰桥，飞行甲板，飞机库，航空交通管制台，战略指挥中心，机房，官兵宿舍，海军司令和舰长的寝室等各种设施。

在甲板和飞机库中，停放着 25 架美国海军从二战到沙漠风暴时期的各种军用飞机。其中有些飞机允许游客坐入驾驶舱。

关于生活，我的寄宿家庭里有来自不同国家的志愿者，从他们的言谈举止中我看到了不同于中国的很多文化因素，同时也学到很多新的知识。

新的一周又开始了，这一周主要在实践中---中途岛博物馆度过的。偶尔周末和小伙伴们出去逛逛美国街头，看看传统歌剧。



工作方面，不得不说的是践习单位的老爷爷们。老爷爷们开玩笑说自己是 Walking cyclopedia 不算过，每一个人都有能够讲上很久的故事。他们说不知道经历那些事能不能算幸运，但至少他们能够活下来是幸运的。他们会对那些曾经在 Midway 上服兵役的老兵说：Welcome home! 然后看那些人潸然泪下。他们生于战争，活跃于战场，隐退于盛世之中，戴一顶小帽，勋章加身，笑着说：Sir, are you ready?

生活中，可以感受美国朴实的街头，偶尔随机的找个餐厅，尽管对餐单一知半解，但不同的餐饮文化所带来的感觉也是完全不同的。

虽然现在已经回国有一段时间，但时常会想起在美的日子！忘不了加州湛蓝的天空、浮动海水，还有火一样热情的加州人。很庆幸，在众多项目中，我选择了美国职场践习，通过在美国的简短时间，窥探到了很多西方职场与中方职场的不同，也理解了什么是国际化视野，什么是细致的态度.....感谢我自己，在最美的年华里，给了自己一段不一样的旅程。



2.任帅

见习企业简介

Host Organization Name:	PSYCHOLOGICAL CENTER
Type of Organization:	Non - Profit Counseling CenterType
Website:	http://www.psychologicalcenter.org
Email:	virginia.gomez@psychologicalcenter.com
OrganizationDescription : The Psychological Center, 11 Union Street, Lawrence, MA 01840. http://www.psychologicalcenter.org CONTACT PERSON: VIRGINIA GOMEZ: virginia.gomez@psychologicalcenter.com; Carina Pappalardo is secondary: carina.pappalardo@psychologicalcenter.com We are a staff of clinician's that base our success on our patients' long-term mental health and wellness. We believe in personalized care based on your mental health concerns. To help people who are experiencing mental health, substance or alcohol abuse, addiction, homelessness, hopelessness or other issues in their lives so they can respond to and overcome the stressors that they experience in the home, school, workplace and community with resilience and positive coping responses.	



工作环境





生活环境





感言

一个月的项目结束了，在美国的一个月里我收获了很多东西，开阔了视野，增强了自信，并结交了很多朋友。

这个项目所带给人更多的，是一种心情的转换，从国内的熟悉的环境中，换到了一个全新的环境，这是一件令人激动和兴奋的事情，在这一个月中不论做什么事情都仿佛很有动力，有着那么多的事物可以去探索，那么多的机遇可以去挖掘。下面我将就几个比较大的方面来谈一谈整体的收获。

永远不要停止学习。在这个项目中我最大的收获，就是认识到了学习是一件终身的事。我有幸认识了一位 46 岁时去读硕士从而完成事业转换的老爷爷。此外，有很多美国人的例子都是在工作了一段时间或者当兵之后继续去学校进修的。随着现在人口老龄化的问题日益严重，继续教育是一件非常重要的事情，因为只有不断学习，才能跟得上现代社会的高速发展和技术的变革。对于自身来说，不断学习能够让自己不至于在某个时段迷茫而失去未来的方向。除此之外，在地铁上，在图书馆，或者是公园的长椅上，到处都能看到美国人看书的身影。对美国人来说，不论人的职业是什么，经理或者是厨师，也不论人的年龄大小，少年或者长者，看书学习都是一件习以为常的事，

寻找有使命感的事业。也许是受了个人英雄主义的影响，很多美国人都像非常热爱自己的事业，像打了鸡血一样。我认识的很多人，心理咨询师、特种兵的母亲、教堂的负责人，也许是美国人天性纯真善良直白的缘故，他们都对所从事的事业有一种使命感，相信可以尽自己的力量帮助他人，帮助第三世界国家的人，这种普世情怀使得他们会尽全力投入到事业中并从中获得成就感从而形成良性循环。



沟通是人类最宝贵的能力。每个人的人生都是不一样的，不同的人也都在不同的领域各有所长。因此，沟通就是去了解一个领域或者从另一个视角审视以往思维的最好方法。另一个方面，沟通也是人们情感和关系维护的重要部分，同过沟通，人们互相满足了情感需要并维持一种稳定的关系。很奇怪的是，美国人很少玩手机，几乎看不到那种长时间埋头看手机的现象。他们把大部分的时间花费在人与人的现实交往上，在餐馆里，你几乎看不到单独一个人吃饭，大家都是聚在一起相互交流享乐。而在周末，去某个亲戚朋友家做客，或者是跟朋友一起出去游玩，小伙子们进行丰富多彩的运动。都是他们的日常光景。美国没有网吧也没有 ktv，但是健身房、酒吧以及野外公园却到处都是，这也为更加高质量的沟通提供了保证。

真诚是待人处事的重要原则。美国人比较直白，真诚是人与人交往的重要原则，虽然见面时的问候大都千篇一律，有时候可能又会非常夸张的热情，但至少他们都以最基本的真诚相待。想要让人喜欢你很简单，真诚和注意力，当你抛弃掉身份真诚的和一个人相处，给予他足够的注意力的时候，任何人都不会讨厌你。

工作时要有责任和担当。在美国的职场上，责任是被尤为看重的，你必须为你的工作负起责任。如果不请假就不去上班或者迟到影响是很不好的，因为会被视为没有责任，而在美国任何一份工作都需要责任，即使节假日后，人们也都会加倍工作以弥补落下的进度。没有责任感的人是不被看好的。

自信，强大的基石。相比较而言，美国人最大的特点就是自信，几乎所有的人都拥有相当的自信，有着一一种随意悠闲的态度，面对挫折时，也都不会陷入长时间的自卑情绪，而是相信自己迎难而上，相信自己可以做到一切，从而变得非常强大。



中国对外友好合作服务中心

有时候，在美国，让我感觉世界很大，自己很渺小，来自世界各地的各个人种汇集在一起，每个人都怀揣着梦想，每个人都是逐梦者。夜晚走在纽约时代广场街头上，置身于穿梭的人群之中，看似热闹的一切，霓虹灯、酒吧、来来往往的人们，都凝固在夜晚寂静的空气之中。但认清了这个事实后，反倒变得坚定而淡然了。

注重过程，享受生活，不断学习，迎接挑战。这是我在这一个月中所领悟的道理。



3.胡侃鑫

见习企业简介

Host Organization Name:	USS MIDWAY MUSEUM
Type of Organization:	Museum
Website:	www.midway.org
Email:	SSuslik@MIDWAY.ORG
OrganizationDescription : The USS Midway Museum is an unforgettable adventure for the entire family. Guests can spend the day exploring more than 60 exhibits with a collection of 29 restored aircraft. The self-guided audio tour, narrated by Midway sailors, brings the carrier's history to life. Those who dare can "take to the sky" aboard one of two flight simulators. Swimmers and sun lovers are drawn to the excellent surf conditions and soft sand San Diego beaches offer.	



工作环境





生活环境





感言

在 San Diego 的 USS MIDWAY MUSEUM 上。我的工作是：1、在讲解器发放处，进行讲解器发放以及使用介绍，同时给中国游客和别的语言的游客进行讲解，使中国游客更好地了解知识和理解背景，并且让游客有一个好的旅游开始。2、在模拟器处进行模拟器使用讲解，让各地游客有一个完美的模拟器体验。在不断的工作中，这里的工作人员教会了我很多。从一个军事知识几乎为零的人到现在把“1941 年日本偷袭珍珠港 1942 年中途岛战役 1945 年至 1992 年中途岛航母服役 2004 年中途岛航母变成博物馆对外开放 至今 12 年”的历史信手拈来。同时他们也教我不同语言的文化并且很乐于向我学习中文。在工作中，不断地与来自世界各地的人交流。了解不同国家和城市的文化差异，仔细研究不同国家和城市之间读英文的不同口音。与白人讲解员像朋友一样聊天，了解美国教育、医疗、军事，使我口语进步很快，知识面也拓宽很多。在淡季时，中国游客占总游客的百分之二十，而当春节来临时，中国游客几乎占总游客的百分之五十。所以，这里的工作人员很感谢我能为他们做中英文的翻译，使他们能让更多人了解历史。每次周末结束，这里的工作人员都会对我说你不在的两天真的是想念你因为太多的中国游客在这里需要你们翻译。这里的每个工作人员甚至是 CEO 都会对我们说感谢。工作的时候，会帮助到很多人，使我感受到帮助别人是一件很快乐和美好的事情。并且和白人讲解员的沟通中，我能更多地了解美国本土文化，也能从另一个角度审视到自己性格中的优缺点。我所在的游客服务中心部门一起工作的同伴在一个月的工作中和我都成为了好朋友，会询问我关于中国关于我自己和关于他们自己的事情，有时候也和我分享在这里的经历以及开玩笑。在我离开的时候，每个人都拥抱了我希望我再一次来到这里，很多人都在我的 Facebook 上留言祝福我，很感谢有这样一次机会来到 USS MIDWAY MUSEUM 上。



在这里，还认识了两位工作小伙伴，Ellen 和 Alice，每天一起上下班，一个月的时间一起在圣地亚哥享受加州的快乐。从不相识到每天一起上下班周末一起游玩一起无话不说，一起在 Beach 一起游玩迪士尼一起在圣地亚哥的每一个景点留下自己的足迹。另外，就是我在美国的住家啦，他们是一对年轻的父母，有两个自己的小孩分别是四岁和两岁的小男孩，在离别的时候，住妈说我是她一起相处的最好的学生了，我想因为我真的把自己当这个家的一个人，我主动给住家做饭，帮助他们收拾家里，在时间安排上也很体谅他们。住家每天不论自己多辛苦都会为我准备晚饭，会因为没照顾好而觉得难过。真的很怀念在 Lemon Grove 的时光。

感情友谊在这一个月里发生，并且延续，我想我还是再一次回到圣地亚哥，见到那些我想念的人。



4.钟乐谧

见习企业简介

Host Organization Name:	Sequoia Boys & Girls Clubs of Greater Conejo Valley
Type of Organization:	Education
Website:	www.bgccconejo.org
Email:	/
OrganizationDescription : The Mission of the Boys & Girls Clubs of Greater Conejo Valley is to enhance the lives of young people and their families by providing a positive environment that cultivates academic success, healthy lifestyles, good character and citizenship. Our Clubs are an actual neighborhood-based building – designed for elementary and middle-school youth programs and activities. Open Daily - Our Clubs are open before and after school, during lunch, throughout the summer for “A voluntary service program is an organized project conducted by a recognized organization those who need help or for a charitable cause. • You will participate in a voluntary service program that benefits a U.S. local community, • The work you	

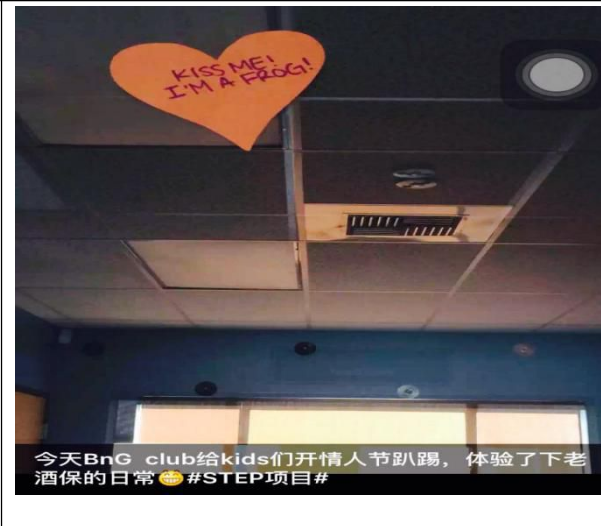
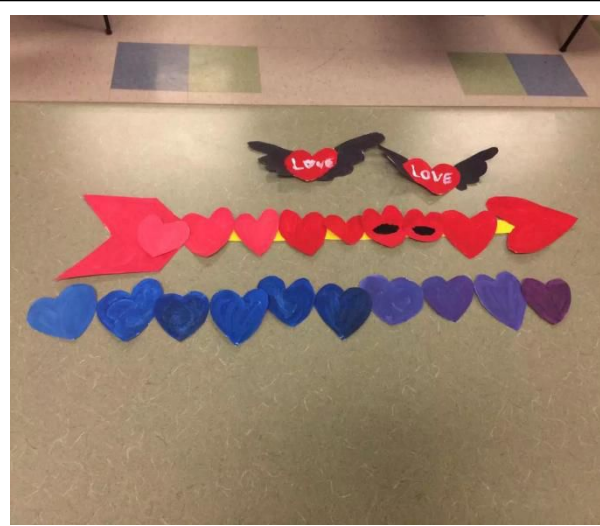
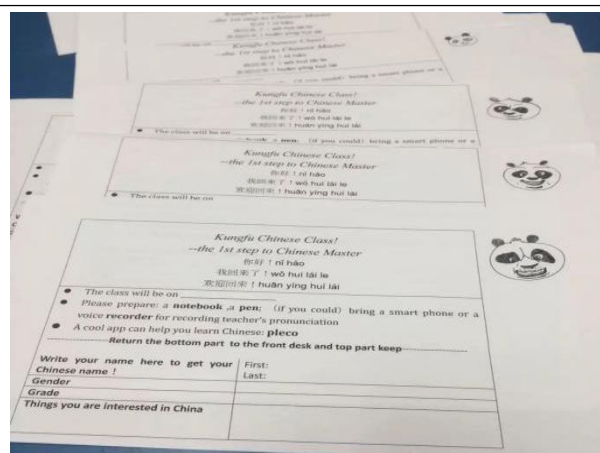


are to perform is traditionally done by volunteer charity workers; • You will not receive a salary or any remuneration from a U.S. source”

The Boys & Girls Clubs of Greater Conejo Valley is a non-profit organization that provides time-tested programs offering leadership training, character development, fine arts, academic support, technology, health and fitness. Our Clubs feature Learning Centers, Games Rooms, Computer Technology Centers, Fine Arts Rooms, and Multi-Purpose Rooms. Four key characteristics define the essence of the Boys & Girls Clubs of Greater Conejo Valley. All are critical in exerting a positive impact on the life of a child.

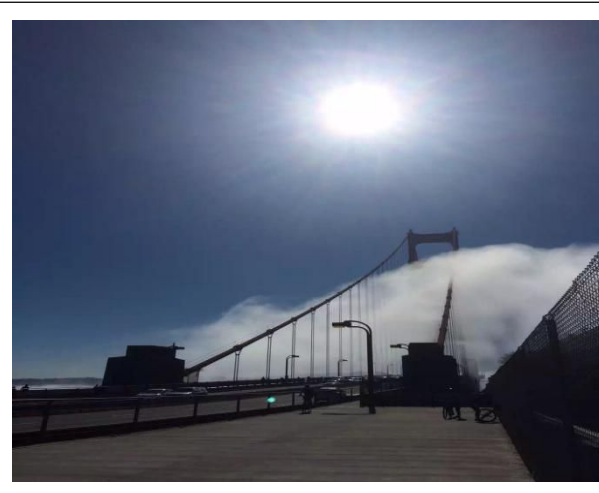
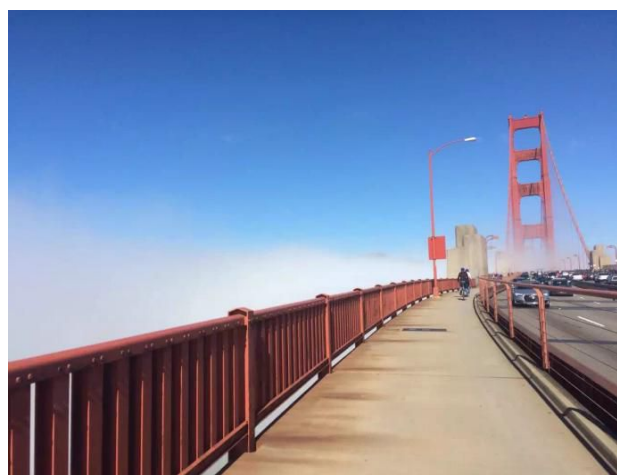


工作环境





生活环境





感言

我走进你，然后带你上路

功夫熊猫 3 的开头，师父让阿宝代替他当老师。

阿宝：这怎么可能呢，我永远没有办法像你那样（教别人）。

师父：你不用变成我这样，你只用成为你自己就好了。

加州对于我来说，就是这样一个告诉我“你只用成为你自己就好了”的福地。

一、如果感到开心，你就跳支舞

我第一次产生“这就是加州啊”的感受，是在 Universal Studio 往下的扶梯上，整个园区都放着让人舒展的音乐，然后就发现上上下下的路人，有不少都跟着扭动起来，每个人的舞蹈都是随性而至，各有各的风格。听到那样的音乐，身体就像被唤醒一样，放下紧绷，拥抱当下。

这样的时刻，在之后出现过很多次，渔人码头回响在海边的自由歌声，联合广场夜半的迷人小号，地铁站清晨的吉他演奏，Jazz Center 荡漾心神的乐队现场表演，卡斯特罗剧院例行多年的放映前管风琴演奏主题曲，还有，当我有一天在客厅放起 Beach boys 的精选集，美爸听到前奏立马惊呼：Beach



boys!”一向严肃的他跟着音乐哼唱摇摆，正在厨房做饭的美妈也跟着跳起舞，我也在一旁傻乐，音乐就这样让我们自然对话，坦诚面对内心的喜怒哀乐。

二、谢谢你们珍视我的天赋

我所在的 Boys and Girls Club，是在 Sequoia 中学的分点。这是一个 After-school 的机构，主要职责是为报名入会的 5-9 年级学生提供课后学习指导、兴趣发展和领导力培养的项目。BGC 的每个分支机构都有以赞助者的姓名进行的冠名，我所在的机构就在最近成为最后一个完成冠名的 BGC。因为这个契机，Sequoia BGC 的发展也迎来新的阶段，整个机构都在为陈列布置和文化建设忙碌。

到机构的第一天，我就被问能不能帮忙装饰音乐教室，我下意识地就说好。Francis 给我讲了他的有着音乐符号形状叶子的全黑的树的想法，希望我帮他实现。看了我墙上的草图，他说只有你懂我的想法。因为这句话，我就心甘情愿地画了一整棵树，并且加上了风吹的特效，还有以彼得潘为原型的树精灵。BGC 的负责人 Lisa 推门进来，看到那两只精灵，惊喜地说：“我很喜欢你做这样的创作，你简直超出我的预期！”后来，我又在另一棵树上加入了精灵化的 Michael Jackson 和 Bruno Mars。

画草图时，有孩子路过音乐教室，问你们在干嘛，我说画音乐树要不要加入？于是那天下午我就收获了孩子军团的支持，自己的作品能够被永久保留在墙上，应该是一件很酷的事吧？即使 Francis 认为他们画的很多不符合他要的感觉，后来我们也商讨在孩子画的基础上进行完善修改，而不是直接删掉。



我很感激 Francis 在孩子们看到音乐树惊喜地夸赞时，都会补上一句：“Lemi did this.” 有一天，在要去取什么工具的途中，我不会忘记几个孩子从音乐教室出来，拉住我说：“谢谢你为我们音乐教室做的一切！”在音乐树完成以后，我把每个参与过墙画创作的人的名字，都像画果实一样添加到了树的上面。

我没有想到的是，这一画就一发不可收拾。我陆续画了舞蹈教室的墙画、卫生间门口的青草地、艺术中心需要的画，在准备情人节 party 的时候，一个平时看起来很特立独行的女孩子，走过来问我：“你能不能帮我们处理这些装饰？因为我真的觉得你是一个很棒的艺术家:)”

在这里，每个人都不吝惜自己的赞美。即使只是一个细微的小改变，他们也会说“你真的很棒！”“真的很感激你做的一切！”“你真的很很有天赋！”

没有人天生就可以做得多么完美，但是有了这些积极的反馈，会有更多人愿意挖掘自己的潜力吧！

画画在多年之后又再次融入我的生活，我为我的中文课宣传画功夫熊猫，为我的旧金山之旅画手账，为我的感谢信画人像，在教堂，因为觉得那一刻很美，想要留个记忆，就做了速写。

因为画画，人的观察细了很多。因为画画，我也变得更想要去分享。这些都是我意料之外的收获。

三、你做过最酷的事是什么

要离开的前一天晚上，我坐在 Carol 的车上问她：“你觉得你这辈子做过最酷的事是什么？”她说：“我觉得我做的每件事都很酷啊~”



Carol 是我的 Host mom, 虽然她年龄已有 70 岁, 但同行的姑娘一开始以为她只有 40 岁左右。她喜欢吃冰淇淋, 喜欢做蛋糕, 喜欢去迪士尼, 喜欢当面称赞她的丈夫。

“恩, 如果非要让我说一件最酷的事的话, 应该就是花 12 年运营了一家 charter school 吧。”

她在退休前的 12 年间, 创办和运营了一家 charter school。学校服务范围覆盖 K12, 从 6, 7 个老师发展到后来 30 个老师, 同时每年都有很多国际志愿者为这所学校带来活力。现在的她, 在退休以后, 因为精力有限, 开始做预约制的家庭教师。我到美国的第一天, 她就给我介绍有跟她学习阅读和拼写的兄妹, 有跟她学习数学的男孩, 有跟她学习英语的韩国兄弟……虽说做家庭教师的理由

是精力有限, 但实际她每天的行程表照样满得要爆炸。除了做她的家教, 她每周五四点起床

去 LA 的 Temple 做服务, 每周四晚上固定去教会的教育项目 Pathway¹进行督导, 同时还会

有很多不定期的关于这个项目的网络会议。

“对了, 在年轻的时候我还一个人从纽约一路开车到加州。”这是 Carol 对最酷的事情的补充。

她和我说她一开始也不知道自己想要做什么事情, 别人说你在纽约哪有不¹做 business 的人呢? 于是她就读了商科, 给很多美国著名的公司做过咨询项目, 她当时的老板还自己花钱上了月球, 人生就是如此充满趣味。她一开始不觉得自己对教育有什么兴趣, 直到有了自己的孩子, 逐渐发现教育的价

¹ Pathway: 这个项目将线上线下教育结合, 教会的人可以通过网络在线学习各种课程, 并就最近的社区参与线下讨论。一般线下课程分为两部分, 一部分是学术学习, 另一部分是宗教课程。这对没有上大学的人, 无论年纪大小, 都很有帮助。



值与魅力。创立学校的时候她也只想过负责写企划没想到要做校长，但是当州政府安排由她担任校长时，她也就坦然接受——为什么不试试呢？

去年，她花了一整个夏天向来交换的学生学习如何用中文唱“祝你生日快乐”。今年遇到我，她就很开心的向我展示她的学习成果。她还特别希望，这次来的中国学生有谁最近要过生日，这样她就可以表演这首歌。过春节在中国餐厅，她学了中文的“新年快乐”，很开心地向每一个遇到的中国人说这句祝福。我相信她每天都可以过得很有乐趣，这样一位充满好奇心的 Lady, never grow old。

这次在美国遇到的大多数女性，都给我自信独立的印象。在聚会交流时，她们颇有风范地表达自己的观点，干练、自信而又不失幽默。她们有很好的艺术 sense，用草莓泡的水、心形饼干、红色贺卡装饰情人节 Party。她们有自己精彩的事业，有提起来就微笑偶尔会用来吐吐槽的家人，有自己的烦恼，有伤心的泪水，但当我回想起她们时，我总能联想到明媚、温暖的加州的阳光。

在离开旧金山时，同行的伙伴感慨舍不得那里“无论怎么疯都不会有人管你”的氛围。那时候，我的心里突然有个声音，“不是离开，不是失去”。当我们走进这些地方时，这些地方也融入了我们生命的篇章，我追求的那些特质已被激活，就像把这些地方的灵魂融入血液里，以更加丰富的生命形态，向前。



5.翟亚娟

践习企业简介

Host Organization Name:	BORDEAUX STUDIOS
Type of Organization:	PORTRAIT STUDIOType
Website:	www.bordeauxstudio.com
Email:	annette.patko@gmail.com
OrganizationDescription : BOURDEAUX STUDIO HAS TWO PRINCIPAL PHOTOGRAPHERS - ANNETTE KERSTIN PATKO AND JERRY ALF, WHO BOTH HAVE A GREAT LOVE AND PASSION FOR PHOTOGRAPHY. “A voluntary service program is an organized project conducted by a recognized organization those who need help or for a charitable cause. • You will participate in a voluntary service program that benefits a U.S. local community, • The work you are to perform is traditionally done by volunteer charity workers; • You will not receive a salary or any remuneration from a U.S. source” WE ARE A PORTRAIT STUDIO IN EVANSTON, IL, A NEAR SUBURB OF CHICAGO, IL. WE SPECIALIZE IN PORTRAITS OF INDIVIDUALS AND FAMILIES AND OTHER COMMERCIAL PHOTOGRAPHY APPLICATIONS. WE ALSO HOST EXHIBITIONS FOR OTHER PHOTOGRAPHERS AND COMMUNITY ARTISTS.	



工作环境





生活环境





感言

一个月前，怀着兴奋、好奇和一些小小的不安，我登上了飞往芝加哥的飞机。而现在，我已坐在自己小屋子里的书桌前，含着美妈送给我的巧克力，无比平静地敲击键盘。回忆就像口腔里慢慢融化的巧克力，渗进思绪的味蕾，甜得像蜜。

当地时间 1 月 22 日上午 10 点，到达奥黑尔机场。可能是时差问题，整个人昏昏沉沉，手机也忘记开机，出了机场，才意识到寄宿家庭今天来接我。开机，11 条微信消息，全是美妈发过来的。有点慌乱，但也很暖心。见面时美妈和小男孩 Jacob 给了我一个大大的拥抱。小男孩还很绅士地帮我一起提行李。

到达美妈家。没有来时的兴奋，因为整个人难受得不行。美妈带我到为我准备的房间，让我休息一下。我躺下就睡，没有留意房间的布局，也没有留意到放在我桌子上的礼物。后来才看到，整个房间被很细心地布置过，还有一个包装精美的礼物袋，里面是一只黑色流苏的包包。但是这已经是两天后的事情了。本以为只是倒时差的问题，没想到得了重感冒，第一天和第二天昏昏欲睡。第一个周末，本来计划好要去芝加哥 Downtown 逛一逛，却这么过去了。有些遗憾。但是更多的是感动。因为这两天美妈对我的照顾真的无微不至。帮我买药，特地跑到中国餐馆帮我买了中国菜和热汤，每顿饭都会替我倒好水准备好药放到我的盘子旁边。离家很远，却仍旧能感受到家的温暖。

我的情况有些特殊。美妈既是我的寄宿家庭成员，也是我所在的摄影工作室的 boss。因此我几乎一整天都和她待在一起。经过两天的休息整个人状态好了很多，开始全身心地投入我的工作。我的日常工作是给 Linkedin 上的人发送关于 Studio 的信息。此外，Annette（美妈的名字）带我参加各种



business meetings 和 business Parties 还有一些美术展、慈善会、品酒会等 events 的摄影工作。其中 Women's business group 和 mom's meeting 让我感触颇深。也是从这些事件中，我深深感受到美国文化与中国文化的不同。美国女性开放、自信，她们通过组成各种 Groups 来互帮互助，通过 presentation 来分享自己的经验和经历。她们的口才很好，力求用自己的亲身经历来鼓舞其他人。她们绝对不是仅仅为了生存而工作。对她们而言，职业除了谋生，更多的是实现自身的社会价值，是展现和发掘自己身上的闪光点。每次听完她们的演讲，真的会有热血沸腾的感觉，有想要马上去践行的冲动，有想要让自己变得更强大更自信的动力。创业是我的梦想。而我从事的 Marketing，我参加的活动和派对，对我真的很有帮助。最起码，让我坚定了这个想法，同时也让我从别人的故事中体验到了经营 business 的艰辛和不易，尤其是作为一个职业女性兼母亲的不易。而我现在所能做的，就是充实自己，一步一步坚定地、坚实地迈向我的梦想。

除了这些，我还在第二周的 superbowl party 上遇见了来自北京的三个 intern。几个外乡的小伙伴在中国的新年（这天刚好是新年）聚到一起，大家都格外地珍惜和欣喜，迅速成为了好朋友。第三周的周末，我被邀请去其中一个 intern Mo 的寄宿家庭参加 party。在这次 party 中，我还认识了 Mo 的工作伙伴 Kany。她是一个知识渊博的华裔女性，很健谈。在 party 结束后，她带我们参观了 Chicago Art institute。这天刚好是 Vangoh's bedrooms show 的会员首开日。我们在 Kany 的帮助下有幸进去参观了这场 show。结束后她还带我们去了一家传统德国餐馆吃饭，并跟我们聊了很多话题：美术史、工作、学习、目标、计划等，无所不聊，无聊不欢。

第四周，是我在芝加哥的最后一周。这周一有闲暇，便出去走走逛逛。晚上回来依旧会和小男孩 Jacob 以及 Annette 家的宠物狗 Nutmag 来一场足



球赛。足球赛完，三个人，一条狗，一起窝在沙发里看电视。Annette 喜欢红酒。于是我们有时也会喝些酒，聊聊天。感觉这些已经渐渐成为我生活的习惯，而他们，也成为了我的家人。

距离回国的第三天，我曾经在 congregation 遇到的一对 couple 特地前来拜访。他们是一对很有意思的夫妇，学过 9 年的中文。因为我说我对《圣经》所讲述的故事很感兴趣，曾经修过《圣经与文学》的课。于是他们特地带上了圣经，跟我一起讨论圣经里的箴言和故事，还送了我一本中文版的《新世界译本》。

距回国还有两天。我为 Annette 和 Jacob 做了一桌中国饭菜，有麻婆豆腐，（特地跑到 China Town 买的酱料，）有可乐鸡翅，有酸辣土豆丝，有蒜蓉娃娃菜，有干锅花菜，还有中国拉面。美妈还邀请了她的朋友。那天，美妈跟我说：you are my favorite intern.

距回国还有一天。我一个人又去了一次芝加哥 Down Town 走走逛逛，带上我的相机，Walk along the river，心情很平静，却也不平静。

而现在我已经回国好几天了。依旧有跟美妈和那边认识的小伙伴联系。此外，我准备在我所生活的社区建立一个 woman' s group。



6.周星璨

见习企业简介

Host Organization Name:	THE NEW CENTURY SCHOOL.
Type of Organization:	PRESCHOOL. 2015
Website:	www.thenewcenturyschool.com
Email:	danyali.newcentury@gmail.com
OrganizationDescription : The New Century School's mission is to create and sustain an optimum educational environment to enable each child to realize his or her richest potential for learning and to become an independent, self-motivated and contributing member of the world community. New Century students will develop academic and linguistic skills, problem solving abilities and self awareness above and beyond what a traditional school can provide. We are focused on a holistic approach to the individual and our programs foster a life-long love of learning while preparing students for the challenges they will face in the future. This mission is best accomplished by:• Providing a curriculum that focuses on the	



“A voluntary service program is an organized project conducted by a recognized organization those who need help or for a charitable cause. • You will participate in a voluntary service program that benefits a U.S. local community, • The work you are to perform is traditionally done by volunteer charity workers; • You will not receive a salary or any remuneration from a U.S. source”

New Century offers students from all backgrounds a chance to join in a community of individuals who care about learning.

This community is built on academic rigor, constructive energy, and mutual respect. Its atmosphere is friendly and its population diverse. Our location also means that students don't learn in a bubble; our extended campus is the city.

Community projects will bring students, singly and in groups, to many neighborhoods within the city. Children work on skills that fall into four categories: practical life, sensorial, language, and mathematics. There is an emphasis on foreign language development including Mandarin, Spanish and French.



工作环境





生活环境





学生感言

从美国回来之后，被问到的最多的一句话就是“你是不是待在美国就不想回来了？”虽然有很多人的答案都会是肯定的，但对我而言，我仍旧是想留在中国的，因为三十天的美国之行已经真正满足了我对美国生活的幻想。

一直觉得出游最可贵的就是给人的心境带来的改变。这种改变是两方面的，一是对新鲜事物的满足与留恋，另一个则是对旧有事物更加热爱与珍惜。

三十天，正好是新月轮换的周期，以至于在回到中国的那一天瞥到天上的残月时，还隐约看到自己拖着行李箱连夜赶到北京酒店，满心期待地等着第二天飞往美国的情景。觉得那不过就是昨天的事啊，似乎明天一觉醒来仍然是匆匆吃完牛奶冲麦片，然后跟着女主人 Adriana 赶去学校上课，学校的孩子们都是那么可爱，Christina 是个贴心的小美人儿，Dianne 和 Madison 是一对小冤家，Kate 的每门功课都很出色，还有正努力学习英语的中国女孩儿 Qiya.....上完班回家后，男主人 Chris 开始准备晚餐，披萨，意大利面，烤肉，土豆泥.....每一样都美味到让我放弃了从湖南带去的辣椒。而一天往往是以他们的儿子 Lucas 甜甜的一句“Good night”来做结尾的。



感动的事情有很多。是寄宿家庭在知道那天是春节之后特意带我们去吃中餐庆祝，那是 Lucas 第一次用筷子；是每周都给我们推荐景点和商场，然后特地接送我们往返；是情人节为我们准备的巧克力和玫瑰花；是每天问我们冷不冷，睡得好不好.....也是学校里的老师们认真向我们解释和介绍他们的教学方式；是春节那天对中文老师和我们一起煮的饺子赞不绝口；是每天都微笑着向我们问好.....还有是走进教室时，学校的孩子们都大声地喊着我的名字打招呼，有时还要加上一个意想不到的拥抱；是临走那天大家一起写的贺卡，上面有每个人的名字和大大的 “We will miss you” 。



感触也自然是多的。很喜欢美国人的生活方式，他们很重视生活质量和家庭。寄宿家庭里有洗碗机，咖啡机，烘干机和很多全自动的机器来让他们不用为了繁琐的家务累心，而有更多的时间和家人待在一起。还有女主人和男主人每周的 dating，雇好 babysitter 来照看小孩，然后尽情享受二人世界。会在下雪的时候看着 Lucas 在泥水里玩，等到孩子把自己弄得身上脸上全是泥时，边录像边哈哈大笑，等他玩累了再把他抱回屋洗澡。这样生活了三十天，觉得整个人的心都静了下来。

奇怪的是，在国内的时候，总会有家人和朋友帮你打理所有事，让你跟着他们走。而现在第一次知道自己可以一个人拖着大大小小四十来斤的行李在地铁站一级一级的爬楼梯；第一次尝试自己办理好所有机票和酒店，生怕生出一点差错；第一次不会担心自己的英语，发现脱口而出，语法混乱的话也能很好的交流；第一次学会做饺子和煎鸡蛋.....

其实真的很舍不得美国，舍不得巴尔的摩，且想念 Duprau 一家，想念学校的孩子们。那为什么想回来呢，因为三十天后发现中国的食物简直是极品美味啊。

最后谢谢李老师在订不到国际机票急疯的时候，打电话过来一步一步地教我怎么做，还有在出发那天赶到机场看我噢！嘻嘻。



7.周海璎

践习企业简介

Host Organization Name:	SENIOR CONCERNS
Type of Organization:	PROVIDES PROGRAMS FOR SENIORS
Website:	/
Email:	/
OrganizationDescription : SENIOR CONCERNS ADULT DAY CARE CENTER SERVES THE COMMUNITY'S SPECIAL NEED SENIORS BY IMPROVING THEIR QUALITY OF LIFE THROUGH THERAPEUTIC RECREATION, EDUCATION AND NUTRITION SERVICES, ALONG WITH OPPORTUNITIES TO SOCIALIZE IN A WARM AND CARING ENVIRONMENT. WE OFFER AFFORDABLE PROGRAMS FOR OLDER ADULTS WHO CANNOT BE LEFT AT HOME ALONE BECAUSE OF MEDICAL OR SAFETY ISSUES AND HAVE BECOME DEPENDENT ON ANOTHER FOR THE MAJORITY OF THEIR CARE.SENIOR CONCERNS RUNS AN ADULT DAY PROGRAM FOR SENIORS WITH DEMENTIA, PROVIDES MEALS ON WHEELS TO OUR COMMUNITY AND RUNS A THRIFT STORE. OUR PRESIDENT IS ANDREW GALLAGHER	

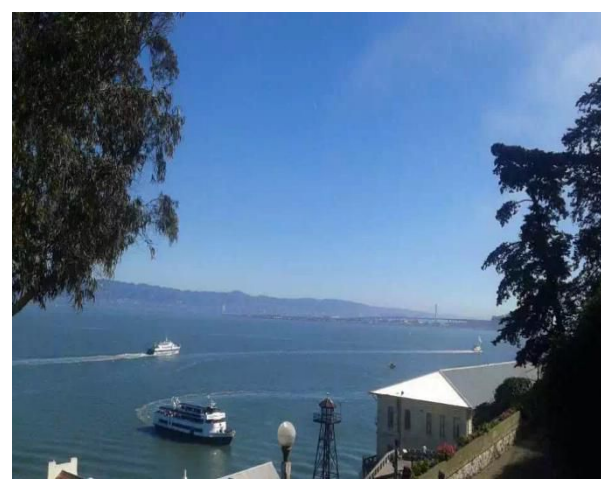


工作环境





生活环境





学生感言

在这如梦一般的一个月，沐浴在加州的阳光，感受不一样的风土人情。每天都有新的体验，每天都有 culture shock.

先谈谈我的寄宿家庭吧。女主人 Sandra 就是美方机构的协调员，特别的认真负责。这是热爱生活，拥有浪漫气息的一家。家里有各式各样的古董，还有大量的书籍。尽管 6 个孩子已长大成人，在中国人眼中也是早该退休享福的年纪，他们却努力工作，接待来自世界各地的学生。他们说，工作让人保持年轻，他们也很享受与年轻人接触。他们对生活的态度让我深受触动。无论你在什么年龄，保持年轻的心态总是让人快乐年轻。来美国以前，总觉得美国人民都爱高热量的垃圾食品。事实证明我是错的。的确美国有许多快餐店，几乎所有的店，包括中餐馆的份量都奇大，然而 Sandra 家吃的非常健康，量也很少。他们的主食是面包，还有许多的蔬菜水果。事实上我在美国一个月瘦了 5 斤。。。。。。好吃惊。在这个寄宿家庭，我感受到他们温暖的爱：大年初一早上房门上新年快乐的祝福，傍晚回家时房间里已经开好的暖气，牙疼时贴心的小电热毯，同住一起的女孩珊珊生日时满屋的祝福语和惊喜的蛋糕。。。。。。太多太多的感动。印象最深的一次是我们在离家不远的商店逛得太晚，出来时天黑了，街上一个人也没有。正在着急时，看到 Sandra 开着车出来找我们（wayne 也开着他的车到另一个方向找）。真是又内疚又感动。

谈谈我的实践机构。由于等了 2 周，finger scan 的结果才出，我实际工作的时间只有半个月。但就是在这半个月里，我还是学到



了很多。我实践的 Senior concerns 是一家为老人提供活动的机构。这里的老人多半患有诸如阿兹海默症，帕金森症等的老年病。他们上午来到这里，吃早饭和午饭及下午的点心。中间参加机构举行的活动，下午 3、4 点的时候回家。有点像幼儿园，只是来这的是老人。对比起中国的一些养老院，这里更干净规范。用餐时必须带头套手套，每天都有不同的活动按照时间表进行，保证老人的健康，让他们的头脑保持运转。其实和这些老人聊天，你会发现他们的人生经历很传奇，他们也乐于分享自己的故事。这里的员工很热情，他们会耐心地告诉我们怎么做。走的那天，我还收到了一位同事的小礼物，真是惊喜。这个机构不大，但却有许多的志愿者，有的是来帮忙，有的在固定的时间来表演节目，弹钢琴啥的。一直觉得，美国的志愿者文化是比较深厚的，许多的美国人都热情友善乐于助人。记得在外旅游时找人问路，好多人即使不知道也会拿出手机帮你再查查，十分热心，让我深受触动。也不清楚这是不是他们的宗教信仰让他们乐于助人，总之，这是值得我们思考和学习的。在 senior concerns，我还观察到了城市的福利与人性化。下午老人回家时，有的是坐一种专门接送老人的车（见图）。这车的设计很人性化，车门口有个小小的斜坡方便推轮椅，可送到老人家门口。尽管是付费的，但这样的设施，极大地方便了老人的出行。随着中国人口的老龄化，相信政府也会推出越来越多这样的便民措施吧。

美国的收获与体验很多，我会把加州灿烂的阳光和这段珍贵的经历留存心中，陪我远行。





8.金越

见习企业简介

Host Organization Name:	A F INTERNATIONAL COLLEGE
Type of Organization:	TEACHING ENGLISH AND FOREIGN LANGUAGES
Website:	www.afint.com
Email:	info@afint.com
Organization Description: A F International College encourages volunteers to participate in their Los Angeles office headquarters in order to prepare them for careers. They are able to observe, shadow and fully immerse themselves by participating in the every day details of an American business. By volunteering side by side with an American worker the student will be given a unique understanding of America. A F International college is a private year-round language school offering a full program of English and test programs. (TOEFL). We welcome students from over 50 nations worldwide with an average enrollment of 80 students. Our school is located on the sixth floor of the Pierce Financial Building in the Koreatown section of downtown Los Angeles, just across from the historic Wilshire Theater; Hollywood and Beverly Hills, the beaches of the Pacific Ocean and the Staples center are within reach. A. F. International also has a second location in Westlake Village, west of LA. Settled snugly in the northern foothills of the Santa Monica Mountains in western Los Angeles county, the city of Westlake Village is nine miles inland from the Pacific Ocean and 38 miles west of downtown Los Angeles.	



工作环境



秀一下我工作的地方校长 Andrea 第一天就跟我说这里所有的书我都可以翻，无意中翻到《Famili Album U.S.A》，这可是我一直以来练口语的情景剧啊/色 13 个 DVD 虽然几年也没有全部练完，但几个人物我是很喜欢的，尤其 Robbie 挺搞笑，Susan 和 Harry 最终也走到一起/呲牙看看老外的阅读有多长，我们也就庆幸了。



生活环境



其实我是真的不想让你们羡慕的😂看我美妈给我买了多少吃的😂她说她又买了很多酸奶，我随时拿来吃。Lisa家里有各种各样的调料，米就好几种，以至于我上次烧中餐问她家里有没有米，她给我拿出一大堆各种米。他们家什么辣椒酱，辣椒粉，各种酱油各种醋，一大堆，还有茶，基本每个都十几种。毕竟是喜欢做饭的美妈，我在这基本晚饭天天不重样。😂



啊哈，用米奇做了个预告，对了，我今天就去了号称“全世界最快(幸)乐(福)”的地方，全球第一家迪士尼乐园——加州洛杉矶迪士尼乐园😂期待已久，辗转了几个小时后终于到了！一直从下午13:40呆到晚上20:30离开，值得一去的地方，就是很棒，无以言表的赞(32个不够)😂



美国66号公路的尽头。之所以单独发是因为这里面有故事。😂美国的66号公路被称为“母亲之路”，是当年美国西部大开发的生命线。电影《阿甘正传》里阿甘奔跑着穿越了66号公路，那种自强不息的精神早已烙进美国人的心中。而在王家卫的《蓝莓之夜》里，诺拉·琼斯也是踏上传奇的66号公路到达洛杉矶，影片里一段旅程的终点成为另一段感情的起点……



今天的早饭是Lisa为我做的煎饼，里面各种料👍然后我去了圣莫妮卡海滩拥抱太平洋，景色很美哈哈，我进了一家bubba gump shrimp restaurant(这家来头后面再说哦)买了根棒棒糖，竟然看到店里有售乒乓球(和拍)👉。远处码头有一家pacific park，毕竟童心未泯，也去玩了一个项目。



学生感言

美国人大部分都很热情，所以在大街上我可以肆无忌惮地跟任何人打招呼而不觉得尴尬，而且美国人还常常夸我英语发音很好哈哈。第一天乘公交车我左顾右盼等公交来，有美国人就以为我迷路了于是上来问乘哪辆车到哪里去，刚好有乘同一辆车的一位女士，于是她跟我一起上车并且告诉我应该在哪里下车；早晨去上班的时候我跟站在学校红绿灯口的爷爷打招呼，爷爷会说：“早上好，宝贝。”，并且跟我聊聊他星期一不在站岗的原因是因为那一天是纪念马丁路德金每天上班前如果公交车班次不推迟，我会去超市看看各种商品，比较中国与外国的不同，尽我可能去多学一些商品的英文名字，工作人员看到我也会主动问我需要什么帮助；有时候我在红灯亮起的时候没有走到马路对面，车辆还是静静地等待，没有鸣笛催促，也没有起步前行；墨西哥餐馆或者西班牙餐馆的菜单往往像看天书一样，我会一直问服务员是什么，而第一遍往往是听不懂的，于是服务员再次不厌其烦地告诉我这个是什么做的怎么做的，对，第二遍我也听不懂。每天都跟学渣考听力一样，内心是崩溃的。要说宝宝在这一个月是怎么活下来的，那就是靠宝宝惊为天人的脸皮以及美国人对宝宝的关爱。



9.林弋涵

见习企业简介

Host Organization Name:	Jurado & Farshchian, P.L.
Type of Organization:	Law firm
Website:	www.jflawfirm.com
Email:	romy@jflawfirm.com
Organization Description: Jurado & Farshchian, P. L. is a law firm that focuese on bringng a new and innovative approach to Business law, Real Estate Law, and Immigration. We represent clients throughout the world. Our clients receive personalized and knowledgeable legal services.	
Activities In Which The Participant May Be Involved: * Expanding social media marketing efforts ith Facebook, Twitter, Google plus etc. * Coordinating community direct mailers * Maintaining online directories and attorney profiles * Event marketing for seminars and presentations * Blog posts and newsletters	



工作环境



因为语言的限制，再加上法律工作的专业化，我无法做一些很复杂的工作，但是即使是简单的文件整理，我也觉得我应该认真对待，严谨细致地做好每一件事，这样他们才会放心地把事情交给我。我觉得我想是一块干海绵放进了水池里在成倍地吸水。我学到了很多，感觉自己也成长了不少。



生活环境





学生感言

发现不一样的自我

通过申请，中外服帮助我在美国佛罗里达州迈阿密的一家律所找到了实习。我的工作主要是整理文件和翻译文件。在我印象中，迈阿密的关键词是热火、阳光、沙滩，但是在我到登陆之后，我才发现迈阿密是远远不能用这三个词来概括的。迈阿密有大量来自欧洲和南美洲的移民，在这里我遇见过法国裔、哥伦比亚裔、古巴裔、秘鲁裔、波斯裔、海地裔等等，官方语言就有英语、西班牙语和海地克里奥尔语三种，就像是一个文化的大熔炉，每种文化在这里撞击出丰富多彩的火花。

在我前往美国实习之前，我努力思考着自己在这次实习中会得到什么，可是思索良久，我没有什么头绪。直到结束了在美国的实习生活，登上迈阿密前往上海的飞机的那一刻，我才领悟到自己在短短的一个月内发现了三个不一样的自我：

更独立的我：二十几年从来没有独自一人去这么远的地方，这次从签证到买票到乘飞机却是全部都自己亲自做。花了几个星期准备签证材料，在网上填写申请缴费，独自一人前往上海于零度以下的清晨在梅陇镇广场等候签证；在一个月前带着大行李箱从台州到上海到纽约最后到迈阿密；来到迈阿密这个陌生的城市，周围都是陌生的人，我学着如何照顾自己，为了上班去买公交卡、注意饮食尽量让自己不生病、接待家庭不在家的时候自己做饭、出门在外注意安全。做了充足的准备之后没有带着慌张的心态，反而更多的是享受独立带来的成就感。



更自信的我：在陌生的国度，大部分事情是靠去听半懂半不懂的语言，去认真地做，去主动地问慢慢花时间去了解、适应。比如：在律所整理一堆看不懂的文件、同事们在说我不知道的事情、一个小小的律所有着不一样的习惯和文化。而我很快地发现我也可以很快地融入进去：文件耐心地整理我就变熟练了，主动地向同事们提问他们会很乐意地回答我，我也学着尊重每一个文化并积极参与他们的活动。于是自信心就像是气球一样膨胀，这种自信就像是小时候第一次会走路、会穿鞋、会拿筷子一样给了我的生活很大的鼓舞，让我相信以后我还可以解决更多的事情，认识更多的人，遇到更多的惊喜。

更努力的我：钱德勒在《漫长的告别》里说过，“你知道，故事的结尾并不重要，生活唯一确保我们的就是死亡。所以我们最好不要让那结尾，夺走了故事的光芒。”给自己最好的礼物就是让自己的生命绽放光彩。我见过精通四种语言的比利时实习生 An，见过 30 岁还在法律学校学习的 Derek，见过 16 岁就开始边工作边学习的 Juli.....这一切都让我看到这个世界的人们都在努力地活着，让我意识到自己还不够努力不够优秀，于是我也被鼓舞着更努力地工作、生活、思考。

我相信，这短短的一个月只是我人生路上的一小步，却是我成长道路上的一大步。

林弋涵



10.李昱

践习企业简介

Host Organization Name:	DEBORAH LINDQUIST
Type of Organization:	ENVIRONMENTALLY CONSCIOUS CLOTHING
Website:	WWW.DEBORAHLINDQUIST.COM
Email:	greenqueen@deborahlindquist.com
Organization Description: For the fashion forward and style savvy, it's not always easy being green. But the couture-inspired creations of Deborah Lindquist are changing all that. As one of LA's most sought after environmentally conscious designers, Deborah creates exquisite apparel, accessories, and home-décor pieces out of a mix of recycled, sustainable, and organic fabrics. Today, Deborah's eco-conscious clothing line combines environmental responsibility with a cutting-edge aesthetic. As noted in fashion magazines and blogs around the world, she works her fashion magic with a mixture of environmentally conscious fabrications (from vintage cashmere, hemp blends, to organic linen) and the resulting designs are as striking as they are ecologically sensitive. As a trailblazer at the forefront of the stylish green-clothing movement, Deborah is making an impact in the fashion world while remaining true to her love for the environment, earning her the moniker of "Green Queen."	



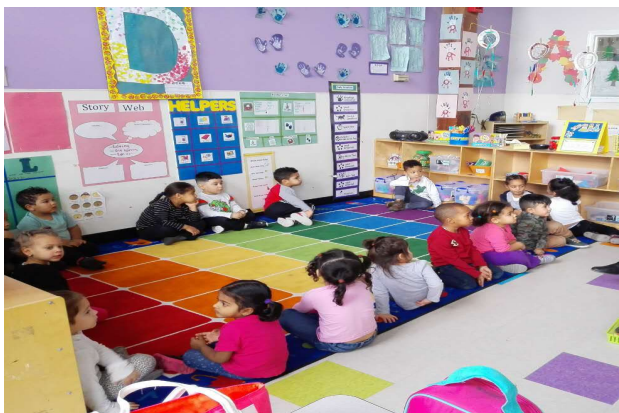
11.王亚翀

见习企业简介

Host Organization Name:	LITTLE SPROUTS, LAWRENCE , MA
Type of Organization:	PRIVATE SCHOOL
Website:	www.littlesprouts.com/lawrence/home
Email:	ereed@littlesprouts.com
Organization Description: Little Sprouts Early Education Centers offer a cutting-edge literacy curriculum in addition to the High/Scope methodology to teach children the critical socio-emotional skills: problem solving,self-regulation, interactive learning. With the head office located in LAWRENCE, MA, there are 16 SCHOOLS , LOCATED IN 8 CITIES IN MA - METHUEN; LAWRENCE; HAVERHILL,ANDOVER;WESTFORD; ROXBURY;LOWELL; WOBURN.ALL SCHOOLS HAVE ACCESS TO SUBWAY, TRAINS AND/OR BUSSES.	



工作环境





中国对外友好合作服务中心
