

历届优秀学生分享

耿亚丹

实习机构: San Diego Air & Space Museum

寄宿家庭: Marie Carson-San Diego CA

时光匆匆流逝,转眼间四周已经过去了,离别之际,还有点不舍。这四周感受到的,体验到的美国文化,人情冷暖都让我之后的一辈子受益良多。

选择这个项目的原因是想去美国看看很久了,对这个国家产生了无限的好奇和期待,看看历史书上常常提到的国家,如何在短短200多年内从荒蛮之地变为首屈一指的发达国家的;看看人们前赴后继想要留学深造的国度是如何吸引到全球的人才的;也想看看好莱坞电影里的场景和迪斯尼童话般的欢乐王国。还有另一个重要的原因,这次一人美国之行,想很好的锻炼自己,遇到问题解决问题的能力,和老板、同事、寄宿家庭之间的相处之道,锻炼自



己的口语能力，提高英语水平。感受当地的美食、人文、美景、让人陶醉的天气。

之前从未一个人做过十几个小时的飞机，一个人怀着忐忑的内心，踏上一片陌生的土地。来到异国他乡，当身边周遭的人和语种都变了以后，这是真正意义上的陌生。我是会忧心重重还是会去勇敢迅速适应。到这后我发现自己是后者，出国前的疑虑全都不见了，很适应美国人当地的生活，一个人做来回三小时的公交，一个人上班，这些我都能适应而且更享受其中，享受一个人的自由。大部分的当地美国人都很善良和热情，他

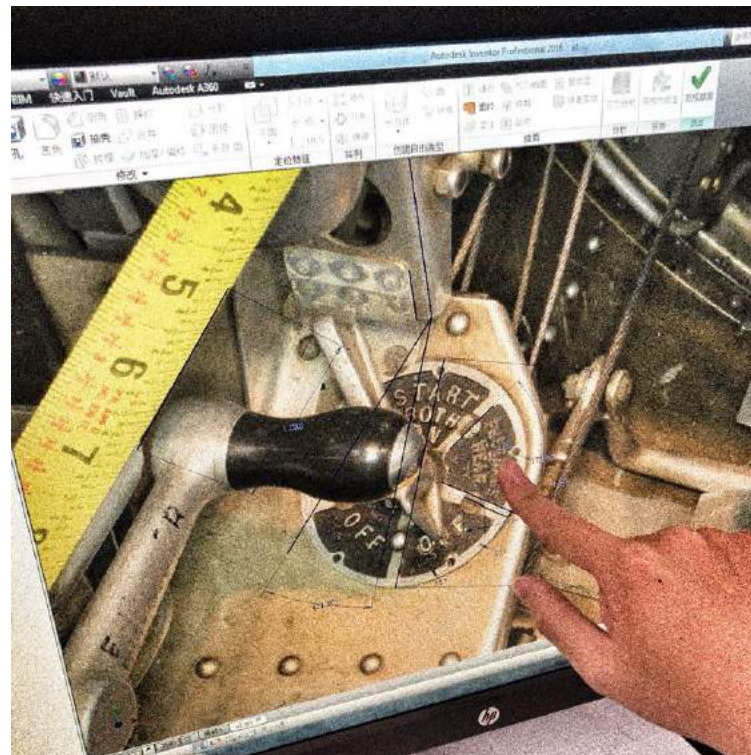


他们没有带有丝毫歧视，不论是对黑种人还是黄种人，用自己最善良真诚的一面对待来美国拜访的人任何一个。这不正是我们中国人真正应该学习到的东西吗，而且美国不会带有丝毫歧视，他们会为了你去庆祝中国新年，元宵节，而不像国内很抵触国外的“洋节”，他们很爱自己的国家，也不会像部分中国人一样崇美洋外，我认为爱国是一个人最基本的精神信仰，我很爱我的国家。

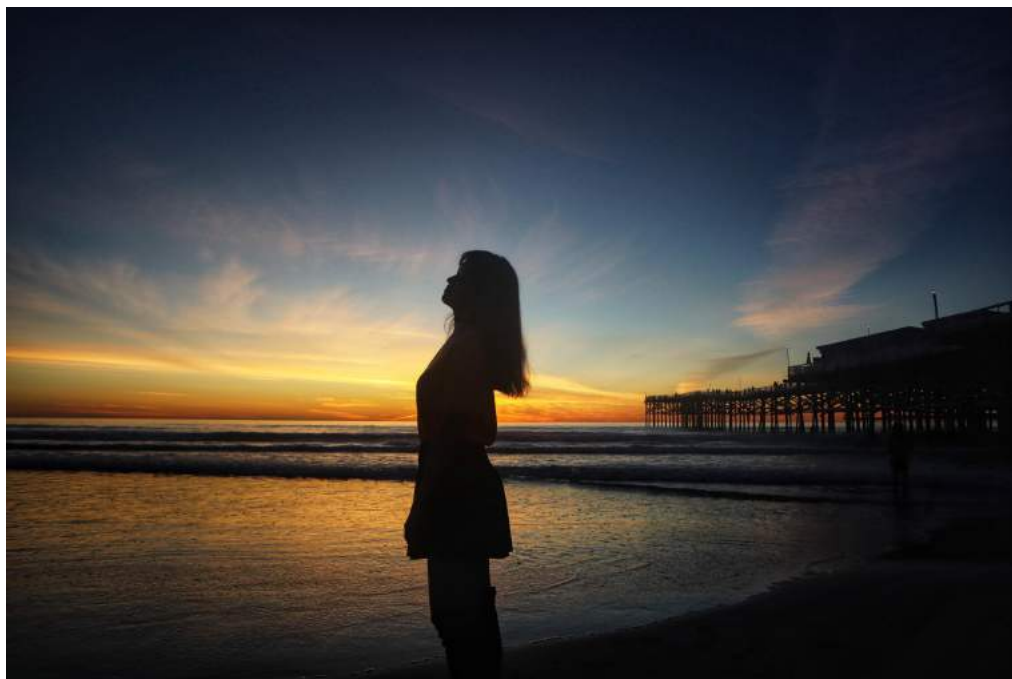
当 subway 不再代表地铁而是 sandwich，当深圳通变成圣地亚哥的 one month pass 时，当每天早上跟寄宿家庭一起看美国 times 新闻锻炼听力时。自以为以前看看美剧对美国的了解十有八九，但实际是在盲人摸象，无论是生活上、工作上、还是娱乐上。

我最想讲讲**美国的交通**，因为每天做公交车上下班，所以公交、换乘是我每天接触到的东西。在公交上看到的、听到的、接触到的都让我十分暖心。在阳光明媚的早晨，敞开车窗的公车一路载着欢声笑语穿梭于摩天大厦与宽窄街巷之中，为整个城市增添了生气，和自由的魅力。与**中国十分不同的是**，在美国坐公交，大部分的人上车时，都会与司机打招呼，或者互相点个头。下车时，都会对司机说声谢谢、再见、辛苦了之类的话，而司机也会予以回应。并且亲眼所见**美国公交司机会为每一个轮椅或者行动不便者把他送到座位上安顿好再开始开车**。记得有一次我把我心爱的雨伞落在公交车上了，下午我上车问司机要怎么报遗失，有没有可能取回来，他二话不说帮我拨打了 511 的电话，见程序太复杂，他比我心情还着急的打了公交专用电话问他的 boss，帮助我拿回了我的雨伞。这种暖心的举动温暖着我的内心，每个人这样或许世界会更美好一点吧。**小小公车可以成为窥见美国文化的一个小窗口**。这里，可以看到司机的个性，乘客的态度，还有城市和经济发展的程度。如果有机会来美国，可以尝试坐一次公交车，感受一下这方面的美国文化。

关于**实习工作方面**，办公室的四周生活让我受益颇多，我的工作主要是文件录入 Excel 表格的工作和修订文件、扫描一战二战时期的老照片等。能见到很多旧时期的古



老照片，好多照片甚至还斑斑驳驳甚至一些有被火烧过的痕迹，心里想着他们居然会把这么珍贵的照片给我一个中国外来的志愿者来扫描，所以我更是小心翼翼，好好对待这份新工作。扫描照片的过程需要用到一个电脑的软件，scan photos 是之前没接触到的东西，把照片放到扫描机上然后 review 调整图片格式和分辨率盒大小等然后扫描到电脑固定的一个文件中编上编号，需要高度注意力，一个个比对，不然很容易出错。有时候还需要自己画图用到 3D 打印机把模版打出来弄好，这些都是我在学校接触不到的东西，新奇有趣，学到的东西也是很多了。



娱乐方面，平常小周末除了下雨呆在家看看英语学单词之外，周末都会出去探索这座城市的魅力，**圣地亚哥是一个让我每天都被治愈的城市，随处可见的美景，晚霞，彩虹，都让人陶醉其中。**就算哪也不去去离家最近的海滩看场日出日落都能让人幸福感十足。期间我还和了同来项目的小伙伴去了趟洛杉矶，星光大道好莱坞格里菲斯天文台，去不一样的地方感受不一样的人文。

总的来说这次美国之行，看到的、听到的、感受到的都让我受益良多，是之后一段不可抹去的美好回忆。谢谢学校的这次项目，让我有机会，走出国门，走进美国！

周楠

机构：David Douglas Arthur Academy

分享：美国志愿者实习月感想

第一周：

这是第一周我在美国自己独立生活,感觉很好。寄宿家庭的人真的很 friendly , 他们是印度尼西亚人, 很喜欢中国人[偷笑], 所以有些生活习惯和中国很相似, 我适应良好。这个周末, 我去了他们社区的教堂, 去做祷告, 其实也不是真正的祷告, 而是一群人一起唱歌, 歌颂耶稣, 然后我们一起吃饭, 遇到了社区负责人, 她为我们讲解了一些规定。这个社区的人都非常的友善、热情, 善于交朋友, 大家都很乐



观积极。我也遇到了和我一起来参加这个项目的小伙伴, 他们来自不同的地方, 不同的学校, 行程也各不相同, 我很开心可以在这里看到这么多熟悉的中国人哈哈哈哈哈。第一个周末, 我的寄宿家庭带我去吃了一次四川菜, 他们有点喜欢吃辣, 他们的外祖父竟然还可以讲中文, 我有点震惊也有点开心, 我可以交他们说中文, 也跟他们讲了中文的意思和英文的不一样的地方, 他们都一副豁然开朗的样子, 很有收获。1月30日, 是我第一天去学校实习的日子, 我发现波特兰的社区环境真的很好, 简单又干净, 我的工作很轻松, 第一天我就在音乐课待了一天, 虽然听不太懂,

但也学了一点竖笛，帮其他老师打印资料。第一天的午餐是我的室友帮我做的三明治和面条，她的厨艺好棒啊！我很羡慕她能够做饭。学校的老师也很友好，小朋友们很可爱，很乖巧。其实需要我帮忙的地方也不是很多，但我很开心能帮到他们。

第二周：

第二周了，他们家正在找其他的房子，他们准备搬家了，因为现在的房子有点小了，他们的两个孩子需要更多的空间。所以他们带着我们去了好几个市场，看家具，各种生活用品。我觉得波特兰的超市和中国的超市差别好大呀，在这里的超市里真的什么都有，买家具的地方就像一个巨型仓库一样，我十分的惊叹。这个周末，我准备和我的室友一起去西雅图玩，因为下周一我的学校不用上学，所以我在西雅图玩三天！我很开



心。我的学校好像假期特别多，这周一刚好下雪了，所以我就宅在了家里哈哈哈哈哈。我在学校里学会了他们的超高级打印机，帮了四年级的老师批改了他们的数学作业，一分钟计时计算题，看得我都两眼昏花了哈哈哈哈哈。周三晚上，我去参加了我们家初中小朋友的一个小提琴演奏会，他和他的同学一起演奏，虽然就十二岁，但他真的拉的十分优秀呢！希望他能够把小提琴这个兴趣爱好坚持下去并做得更好。这一周也十分充实呢！

第三周：

第三周啦！第一次坐了美国的州际大巴，这个大巴可以在波特兰和西雅图之间行驶，只要三个小时。我们在周五晚上十点多到达了西雅图。在西雅图的第二天下雪啦！意外之喜！而且我们住在小山坡上，雪挺大的！我在国内

还没见过这么大的雪呢！我们去了西雅图的所有好玩的景点，其实只要两天时间就可以逛一遍了。在学校的日子还是和之前一样，复印课本，做一些小东西，削削铅笔，还有日常和我们热情的音乐老师进行深入的交流哈哈哈哈哈。这是一个很小的小学，而且他们还有一个幼儿班！虽然我们的工作不是很多，但我能看出来，这个学校的老师都挺忙的，每天都有很多的事情要完成，希望我们的帮忙可以让他们轻松一些吧！这个周末



我的室友就要走了.....就剩我一人了。有点舍不得她走啊。总而言之，这是一个稍显平淡的一周，但每天都很充实呢！

第四周：

这么快就到了即将离开的时候了。这是第四周的结尾了，这一周相比于之前三周而言就更平淡了，主要还是去逛了波特兰的一些有名的商场，在回国之前买一些需要的东西。这四周对我来说意义非常大。我的最初的目的其实只是为了锻炼一下我的英语口语水平，在国内的时候，我觉得没有一个好的英语对话环境，所以我决定参加这个项目，希望自己能逼自己开口说话，从而加强英语口语水平。事实上，我也做到了，我在学校里，每天都会和老师，学生进行一些对话，在寄宿家庭里，他们也会和我进行交流沟通。他们都很友善，也很理解我的英语水平，所以都很有耐心的和我聊天，有些时候讲的快了，我听不懂，他们还会耐心的再讲一遍，甚至两遍，直到我能完全领会他们的意思为止。我挺高兴我的寄宿家庭喜欢中国文化的，他们甚至有一点中国人的血统！他们对中国的节日，像今年春节，很重视，我们在家里自己做了饺子和小笼包！虽然有点丑丑的，但毕竟是自己做出来的，我还是很开心了。这是我第一次自己做饭呢，三明治不算！第一次自己包了饺子庆祝春节，感觉和之前在中国过得春节意义大不相同。而且我在西雅图旅游的时候，刚好是除夕夜，看春晚的时候。我和我的室友一起，半夜起来看了一次完整的春晚！可以说这是我过得最充实的一次春节啦！



说完了我的生活，接下来聊聊我在学校里的时间吧。大卫·道格拉斯·亚瑟学院，公立特许学校，这是一家小小的学校，但虽然小，却很精致，很温馨，每天都充满了勃勃的生机，孩子们快乐的笑声和嬉戏打闹的声音。我和我的室友一起在这个学校里帮忙，每天都有一些事情要做，有的时候会特别忙，但我们都觉得很充实，每天都会学到一些新知识。随着时间一天天过去，我对这个学校也逐渐熟悉了起来，我觉得这是一个和国内小学不一样的学校。因为这个学校小，所以学生也不多，每个年级就一个班，一个班最多三十个人，所以老师最多两人每班。老师会为

学生准备一些小卡片，有助于学生学习，有的时候，还会有老师专门辅导一些学生。每节课都是充满活力的，学生们都很积极的去举手回答问题，热情的回应老师，所以他们的效率都很高，老师和学生之前互动不断，这样也有助于学生掌握新知识。而且相比于国内的小学而言，这里的小朋友课后作业挺少的，很多都能在学校里完成，而且他们下午三点就放学了，整体的氛围还是很轻松的。我在他们午餐的时候帮过两次忙，看到了他们的午餐情况。他们主要还是已热狗和汉堡为主食，配有胡萝卜或是玉米粒，牛奶或果汁，还有一个苹果。可以说是很丰盛了。营养很均衡，

如果主食不是高热量的就更好了。在学校里我学会了很多，交流也逐渐流利了起来，和寄宿家庭也能友好的相处，我觉得我这个假期的收获满满啊！我觉得一个月时间太短了，刚刚适应了新的生活，就要离开了，有点舍不得我的寄宿家庭，也舍不得待了一个月的学校，希望有机会再回来看看吧！

徐振霞

机构: Victor Valley Community College

家庭: Goodell-14871 La Brisa Road, Victorville, CA 92392

分享: 美国志愿者实习感想

第一周:【国际志愿者——实习生活篇】

31号到现在, 来到美国已经接近十天了, 无论是在寄宿家庭还是在机构实习的日子, 每天都很新鲜, 带给我一个又一个暖心的小惊喜。

我们和 Host family 一起去了商场购物, 一起去了 Chinatown, 还一起去了当地具有美国特色的餐厅.....每一次活动都很有趣。春节的时候, Host family 特地准备了新年礼物, 真的很感动。

在机构实习的每天都可以学习不同的知识、认识不同的同事, 整个办公室的氛围都很友好、温馨。贴海报、拍摄照片、协助拍摄短片、在图书室整理预定书本、发放校服等等, 这些过程都让我收获良多。

希望能更珍惜接下来的时光, 让自己的美国之行更加圆满!



第二周：【国际志愿者——特别的情人节】

由于时差，当国内已经步入情人节的时候，美国还是情人节前一天。看着“单身狗渡劫”登上热搜头条，默默心疼自己一秒。却不想，14号情人节的早晨，收到了来自寄宿家庭的惊喜礼物，家庭里的每个孩子都有，简直让人太意外。寄宿家庭的主人说：Love is a big thing! 所以，这不仅仅是情侣们值得纪念的日子，更是每个人的日子。

实习学校里也是举办了很特别的活动——有动听的吉他，有甜甜的糖果，有美味的蛋糕，还有温暖的拥抱.....这些都让每个人感受到情人节的幸福与快乐。

很幸运可以体验这个特别的情人节，很感恩可以拥有这段特别的经历！



第三周：【国际志愿者——每一天都是惊喜】

无论是在实习学校还是在寄宿家庭，每天都有令人感动的惊喜。在完成分配的志愿工作的基础上，Robert 老师根据我们的兴趣为我们安排了随堂听课，Arts、Speaking、Pronunciation 等课程让我们领略了各位教授的不同风采，也让我们结识

了更多有趣的小伙伴。

课程之余，我们为拍摄宣传片做了照片采集工作。因为需要挖掘不同的素材，所以对整个校园进行了一次完整的探索。从湖边可爱的黑色鸭子，到图书馆门前默默伫立的“小黄”，到停车场前散开的枝桠，再到充满设计美感的 44 号办公大楼.....这探索的过程也让我们再一次见证了校园的美好、大自然的神奇。

每天从学校回到家，都会迎来热情的问候和温暖的拥抱，当然，还有可口的晚餐。

真的感恩这一段时光，遇见生命中如此多的美好！

总结：【国际志愿者——实习生活篇】

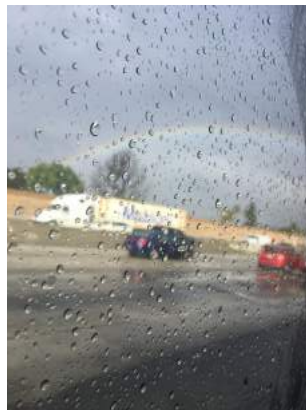
因为一直想参加出国交流项目，所以一直在关注着此方面的信息。当看到中外服国际志愿者项目时，联想到自己此前参加的研究生支教团项目，就更坚定了自己参加这个项目的决心。但学校就我一个人参加了国际志愿者项目，没有带队老师的跟随，没有亲朋好友的陪伴，我自己一个人带着行李和彷徨来到了美国这个从未踏足过的国度。



四周，会是以怎样的形式度过？我不知道该怎么想，也难以想象，只能告诉自己尽最大的可能去珍惜。

一、爱与温暖之我的寄宿家庭

在去往寄宿家庭的路上，下着雨却迎来了彩虹，这个幸运的标志让人忍不住期待接下来的美好。



(路上的彩虹)

与寄宿家庭的初次见面是在车站，他们早早的便在等候我们的到来了。见到他们的那刻，心里有说不出的安心——大人热心体贴却又不失风度，小孩活泼可爱却又富有教养，真的是温暖了时光。

Tyler 和 Melisa 以及孩子们为我们准备了干净整洁的房间，还在床头放了鲜花和卡片，温馨的氛围让我忘记了时差，第一夜就进入了甜美的梦乡。

在家里的每天都很开心，我们会一起品茶，一起锻炼，一起做饭，一起玩游戏.....最受欢迎的就是桌球了，初次体验时，手肘往哪个方向都觉

得别扭、转不过来，现在每天不玩上两把都觉得不完整。虽然球技长进不大，但是我却是很受欢迎，因为我能给每个对手都带去信心，尤其是 5 岁的 Ezra。



(一起品茶)



(一起锻炼)



(一起做饭)



(一起玩游戏)

空闲的时间，我们不仅仅在家，Tyler 会带我们参加不同的活动。我们去了中西方教堂，Chinatown（并在附近的金龙大酒店吃了中餐），特色鲜明的户外连锁店 Bass Pro Shops，美国特色餐厅 the old spaghetti factory.....当然，最美味的还是家人一起做的饭，每顿不重样的美味放满了餐桌，单单望着就让人食欲大增。



(中西方教堂)



(Chinatown)



(Bass Pro Shops)



(the old spaghetti factory)



(家里的大餐)

有人的地方就有江湖，有女生的地方就少不了购物。Melisa 带我们去了不同的购物点，有大型的商场也有性价比高的超市，我们可以有更多的选择，理智消费很重要。

二、自由与包容之我的服务机构

我志愿实习的地点是美国加州的 Victor Valley College，这是一所社区大学，因为我的专业是教育学，所以能到这里实习，与我的专业相匹配，真的觉得很幸运。在这里的四周，很是丰富，体验了很多不同的工作项目，对大学的自由与包容也多了很多认识。



(Victor Valley College)

在这里，我协助完成了建筑学院的毕业典礼活动，主要负责现场的照片拍摄工作；协助装饰和更新校园公告板上的信息，为新学期的开学做

准备；协助拍摄学生纪录片，主要负责现场的前期准备和实时秩序维护工作；在学校的 Food Pantry 里帮忙打包膳食等等。我在的第二周恰逢学校的开学日，为了适应繁忙的校园环境，我在 Ram's Bookstore 帮忙，主要负责寄存学生的行李。从上午 8 点到下午 5 点，每天大约可以收到 500 份行李。此外，还给网上订书的同学打电话，告知他们的在线图书订单已可以领取，并帮助他们处理进图书退换事宜。



(海报橱窗)



(拍摄短片)



(Food Pantry)



(Ram's Bookstore)

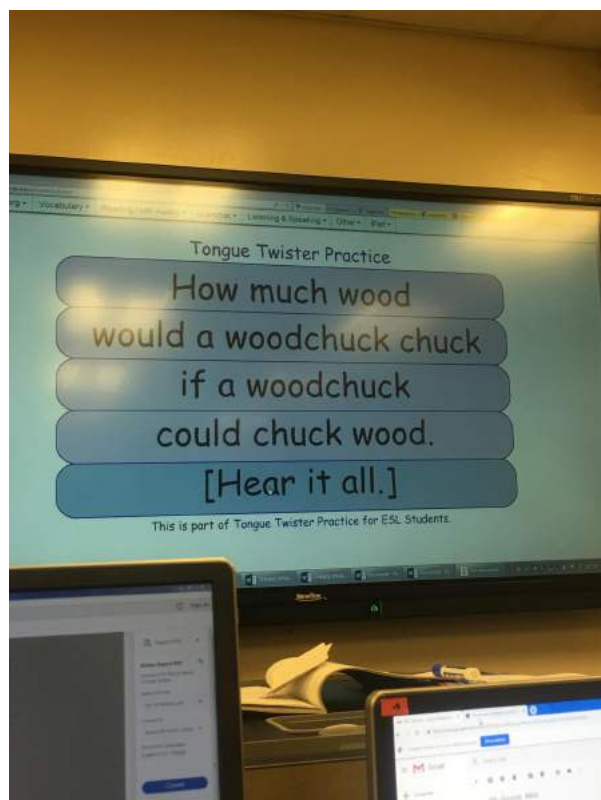
因为是在大学里，所以希望在完成志愿工作后，能够体验真实的课堂。负责人 Robert 知道后，十分热心的帮忙联系，因此，我很幸运的参加了 The History Of Art, Public Speaking, Intermediate Pronunciation 等课程，尽管有些地方不是很懂，但是整个感觉特别有趣。我们还前往学校的儿童发展中心进行了调研，交谈中发现，美国的学前教育体系中，男性教师的比例和中国一样，都很少但都普遍很受欢迎，关于这个有趣的现象，我们都觉得可以作进一步探究。



(The History Of Art)



(Public Speaking)



(Intermediate Pronunciation)

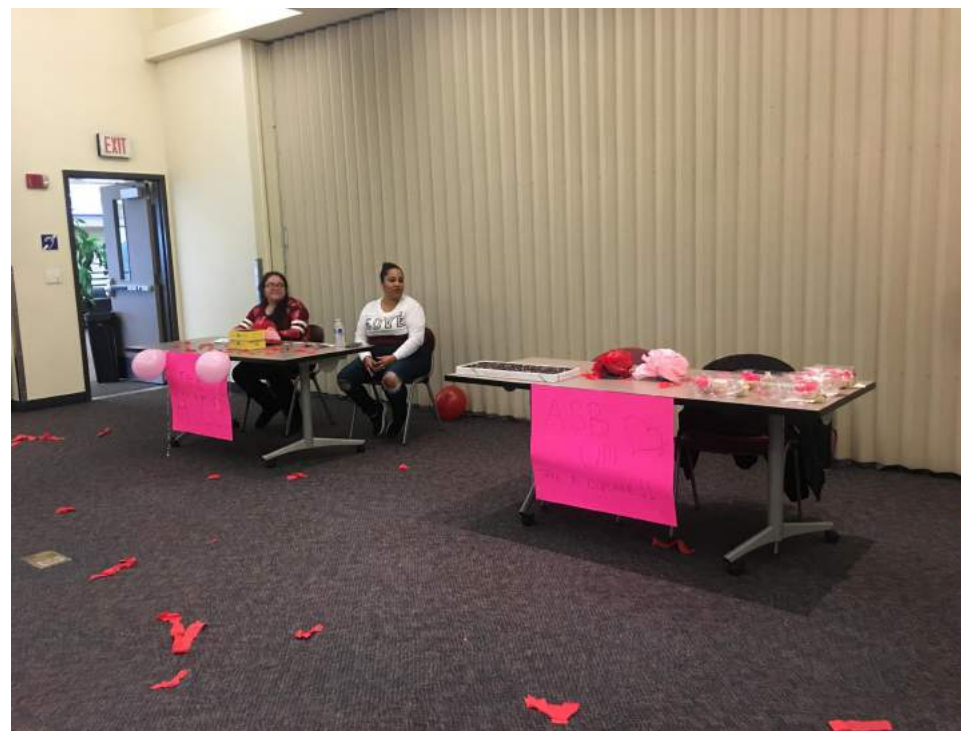


(Child Development Center)

在这段时间里，还特别幸运的经历了不同类型的活动。如 ASB 学生社团主办的情人节活动和特别文化交流节活动。在这样的过程中，会发现每个人都有自己的发光点，每个人都是自信且特别的存在。

三、幸运与感恩之我的岁月

这段时间里，有两个很重要的节日，一个是国内的春节，一个是西方的情人节。很多人觉得，春节就应该是一家人团圆的时刻，这也是我第一次不在家过年，思念的当然会有有的情绪，但好在网络拉近了彼此的距离，可以倾诉相思。真的很感谢家人的支持与陪伴，他们永远是远行的助力与勇气。令人惊喜的是，Tyler 一家特地为我们准备了新年礼物。还有不得不提的就是情人节了，当天“单身狗渡劫”一度登上热搜头条，我也觉得这样的节日和我这“单身贵族”没什么关系。下班回来见到桌上大束的鲜花也只是以为是 Tyler 和 Melisa 的情人节礼物，却不想，在情人节一大早就收到了寄宿家庭准备的礼物，关键是家里的每个孩子都有。在我觉得诧异的时候，Tyler 说：Love is a big thing!我恍然大悟，所以这是属于每个人的节日啊！





(新年礼物)



(情人节礼物)

爱，真的很重要！爱自己，爱生活。所以我最喜欢的，是在家的周围散步，一边看着天空的云卷云舒，或是天空的五彩斑斓，一边感叹着大自然真的是最顶级的画家。

时光匆匆，四周，无论是生活还是志愿工作，都让我受益良多！这里的美好，从自然到人文，都会让我舍不得说再见。希望能够有机会再次相见，无论是在美国还是中国，抑或是其他地方，都好！



(多彩的天空)



(纪念)

李海阳

机构：LITTLE SPROUTS

分享：

第一周：初到美国

不知不觉来到美国已经一个星期了，从初到异国的兴奋，到全英文的转变，再到寄宿家庭和实习机构的热情相待，一切都充满了新鲜。

在波士顿机场见到美方的 sponsor Linda 之后，美国志愿者之旅就正式拉开了帷幕。一路上与 Linda 的交流逐渐打消了在异国的陌生感，住家的奶奶 Valerie 更是让我感受到了浓浓的亲切。

实习机构是当地一家早教中心 Little Sprouts, 坐落于一家社区大学。报道的第一天见到了和蔼可亲的主管 Maureen 和热情大方的主任 Heidy。在 Heidy 带我参观完所有教室之后，我选择了 Pre-school 2 作为我以后的志愿课堂，调皮可爱的孩子和友好温柔的老师让我顺利度过了最初的时差和生活适应期。

除夕将近，我会把春节祝福带给他们，在接下来的日子继续加油。



第二周：新年派对

在美国的第二个星期仍然过得充实愉快。

衔接上个周的周末我们去了波士顿，哈佛和麻省作为世界上著名的大学，吸引着每一个学子的脚步；波士顿城市图书馆很大很棒很漂亮，是我理想中图书馆的样子了；有名的自由之路当然不能错过，从起点一直走到终点的自豪感无与伦比，路上经过的各种购物商场、随处可见的教堂、静谧安息的墓地和多种多样的博物馆也丰富了波士顿的面貌。

大年初一那天我们在另一个寄宿家庭开了一场中国式新年派对，几个小伙伴一起也做出了一桌不错的年夜饭，大家其乐融融。一方面我惊讶于中国文化竟然对这里的家庭影响这么深，另一方面我又感到十分开心和自豪。第一个不在家过的年饱含着对家人的思念，却在异国的欢笑中也收获了满满的友情和独特的意义。

这周室友的离开带来了些许伤感，希望她能带着满满的收获开始自己新的旅程。



第三周：

第三个星期恰好是另一个寄宿家庭美爸的生日，这次的派对让我感受到了美国的另一种家庭风格。

周六晚上是朋友聚会，晚餐的泰国菜跟中餐非常像，饭后的纸杯蛋糕和巧克力草莓以及生日蛋糕都特别甜，简直要甜到心里，而之后的游戏部分更是整场派对的开心果。周天晚上的家庭聚会让我感受到了不一样的美国家庭，晚餐的火鸡和土豆泥是标准的美式风格了，这次的冰激凌蛋糕是低糖，被吃的一点不剩，而饭后时光则是家人之间的闲谈聊天。

与国内长辈过寿时一桌宴席宾主尽欢不同，美国人的生日更像是对身边亲人的感恩和与朋友家人的日常相聚，不同的庆祝形式都饱含着对寿星浓浓的祝福。

这周到了住在这家的小伙伴离开的时候，我们一起做了一桌中餐作为告别，美爸对我们两个厨艺新手的成果赞不绝口，尽管离别是悲伤的，但让我们尽情享受这一刻。



第四周：我的美国之行

这趟从开始就充满波折的美国之行注定不平凡。

略去签证遇到的种种匪夷所思的问题和因此不得不一改再改的行程与退掉和作废



的机票不提，在旅程的开始我还是充满了期待与紧张的。从初到异国的兴奋，到全英文的转变，再到寄宿家庭和实习机构的热情相待，一切都充满了新鲜。

在波士顿机场见到美方的接待者 Linda 之后，美国志愿者之旅就正式拉开了帷幕。一路上与 Linda 的交流逐渐打消了在异国的陌生感，住家的奶奶 Valerie 更是让我感受到了浓浓的亲切。这些与想象中完全不同却真实存在的个体拉近了我与这个陌生国度之间的距离，之后认识的朋友也让我对这个小镇产生了深厚的感情。

首先要说的就是我的**实习机构**，一家早教中心。以国内的眼光来看，这里更像一个托儿所和幼儿园的结合，但一个月的志愿者经历让我感受到了其中的差别。每周二是固定的音乐课时间，会有音乐老师来到这里，无论是几个月大的宝宝，还是几岁的孩子，都有不同的上课方式，大家伴随着儿歌手舞足蹈，从小就培养了热情奔放的性格。除此之外，每天的室外活动时间和午餐时间也让我深切感受到了中美之间的差异。在中国，



穿衣吃饭是家长需要为孩子们操心的必备工作，在美国，孩子们自己动手，也能丰衣足食，尽管衣服和午餐都是家长早就准备好的，但孩子们却能自己换好室外装备，打开自己小小的午餐盒让老师帮忙加热食物，饭后扔掉垃圾收好东西放回柜子，完全没有国内吃饭穿衣要所有大人一起上阵的情况。

最让我惊讶和感动的是最后一天工作结束，老师拿出了印满孩子们手印的一

幅画，原来那是他们给我的礼物！孩子们歪歪扭扭的签名和老师对我的祝福都让我感到作为一名志愿者的骄傲，这是未曾预料到的惊喜，也是对我的肯定。

当然国外的孩子也有调皮捣蛋和不听话的时候，也有让老师头疼不已拎出去单独教育的时候，也有不好好睡午觉瞎折腾的时候，更有孩子都有的大大小小的问题，但我认为这样从小培养的敢于表现和独立自理是我们应该让自己的孩子也学会的东西。

另外一点不得不提的就是第一个不在家过的年。大年初一那天我们参加了另一个寄宿家庭的中国式新年派对，一方面我惊讶于中国文化竟然对这里的家庭影响这么深，另一方面我又感到十分开心和自豪。



第一个不在家过的年饱含着对家人的思念，却在异国的欢笑中也收获了满满的友情和独特的意义。



两次波士顿之旅也让我记忆犹新。唐人街的火锅找到了回家的感觉，哈佛大学和麻省理工大学是每个学子都听说过的世界级学府，城市图书馆结合了现代科技与古典之美，既是学习办公的好地方，也是绘画摄影的绝佳采景地，自由之路让我们用脚步丈量了这

个不大的城市，各种购物商场更是琳琅满目，还有随处可见的教堂、安息着士兵的墓地、多种多样的博物馆，都为波士顿增添了不同的色彩。

最大的收获之一是认识了另一个住家 Kathleen 和她的家人。开朗大方的 Kathy 简直看不出来是已经有了外孙的人，从恰巧赶上的生日派对，到临别为我举行的送别派对，每一次在她家的时光总是欢乐而又短暂。

小镇上简单安逸的生活、美国人的热情大方让我从国内紧张忙碌的生活中短暂的抽离了出来，不同的家庭文化和社交文化让我对生活有了新的定义。在结束后回首这一个月的生活，美好的像一场不愿醒来的梦，但正如 Valerie 所说，世上的所有事情都有终点。我很庆幸在这里认识了更多的朋友，也对以后的生活有了新的认识和理解。

希望美国之行不止于此，也希望我能去到更多更远的地方，感受世界的不同。



汪子皓

机构：WSCA 106.7 Portsmouth Community Radio

分享：大梦谁先觉，平生我自知

直到美国的志愿者项目要结束开始写总结的这一刻，我都还觉得所有的一切像一场梦一样。还记得当时第一次去宣讲会了解这个项目，第一次提交自己的申请材料，第一次去领事馆办理美国签证，第一次坐上超远距离飞行的国际航班。这一切的一切都好像是昨天一样。但是一眨眼，项目就临近结束了。我在美国度过了两个月的时间，正好是一个夏天。在这里的经历和成长，我想会是我一生的财富。

美国对于我们来说，一直都是一个最熟悉的陌生人。一方面我们学习美国，学习他们先进的技术，学习他们超前的思想。另一方面我们也害怕美国，害怕这个超级大国，害怕他们一切与我们不同的地方。所以最初想来美国，选择了这个志愿者项目。怀抱的是一种揭秘的心态，耳听为虚眼见为实。我们听过那么多关于这个国家的一切，无论是从电视报纸，还是好莱坞大片。但是我想这一切都比不上你亲自来到这个国家，和这里的人们交谈感受这里的生活更加真实。所以我也感谢 CHI，在国际环境如此严峻，美国不断收紧对外签证的政策之下，依然





让我有机会来到这里。在这里有很多美好的相遇，一时间涌上心头，可是真到了要下笔的时候，又不知从何说起，感觉好像怎么说都没办法把所有的感受说清楚，但是不论怎样，总结要写，那就尝试性的说一说吧。

先说说在美国遇到的那些人吧，不得不说在美国我真的接受了太多人的善意，这些人其中和我相处了很久，有些只是一面之缘。但是都给我在美国的时候提供了很多帮助。先说说我这次项目里，对我影响最大的三个人，第一当然是我的美妈啦！至今还记得美妈第一次来车站接

我的时候，我不知道她怎么就在人群中认出了我，微笑着给我打了招呼，接下来我们就开始了长达两个月的朝夕相处。我的美妈给我最大的感受，不是她在生活上无微不至的照顾，她每天给我们做饭，没有一天是重样的。她从来不让我们干家务，虽然可能是怕我们干不好。她周末就会开车带我们出去玩，每次都是不同的城市。但是这些都不是最重要的，我的美妈教会我最重要的是：人要永远保持愉快的生活。我的美妈她今年已





经 71 岁了，在中国这可能已经是一个退休养老的年纪了，但是我的美妈没有，不仅在市里有一家自己的服装店，每天开车去上班。而且回来还喜欢打理自己的花园。她的花园种满了各种漂亮的但我却叫不上名字的话。我第一次见她的时候，绝对不敢相信她是已经 71 岁的人，看起来就像四五十岁，每天都充满活力。有一次我问她为什么不休息呢？在中国像她这个年纪的人如果身体没有疾病就已经是万幸了。她告诉我：为什么要休息呢？只要心里没有压力和负担，适当的工作是保持年轻的秘诀！我真的被她的这种精神感染。她的年龄尚且如此，我们二十多岁的年轻人怎么能轻易喊累呢？同时我也明白了一个道理：千万不要给自己设限，好像什么年

龄一定要做什么事，人生完全没有任何限制，想做什么就去做什么，只要开心就好！

第二个给我巨大帮助的，就要数的我美方负责人 Alex 了。从我来美国之前，她就已经跟我联系了，开始为我打理我的所有行程安排。记得刚来的第一天，因为我修改了行程，所以没有赶上培训会。她就专门在网上用微信跟我一对一的培训赴美之后的注意事项。我依然记得那次应该打了一个多小时的电话。全程英文！简直就是连做了一个多小时的听力和口语。而且 Alex 几乎每天有空了都会问我过得怎么样，有没有什么困难。

而且还给我介绍了很多其他的活动。还安排了我在空余时间去朴茨茅斯的音乐厅做志愿者。我估计我大概是我们项目里，唯一能够同时兼顾两份工作的人吧。虽然累一些，但是能认识更多的朋友，何乐而不为呢？Alex 还给我介绍了很多美国的朋友，很多时候她周末都会组织聚会让我们所有附近同一个项目的小伙伴一起聚聚。很多时候，我在美国不会担心有任何问题是我解决不了的。如果有困难都会先向她咨询。插一句，Alex 还是从俄罗斯移民过来的呢，高鼻梁大眼睛的俄罗斯美女了解一下！

第三个给我最大帮助的就是我志愿者实习项目电台 WSCAFm106.1 的负责人 RICK。其实说实话，当初知道自己被分到电台实习的时候既开心又忐忑。开心是因为我本科就是学习播音主持专业的，这个实习岗位和我的专业相关。忐忑又是因为在我还没有到美国之前，他就让我准备做两个小时的电台节目直播。如果是做中文电台节目我没有任何问题，之前也有这方面的经验。但是做英语节目确实是一个很大的挑战。要知道能够日常交流和能够做节目是两件事。不过 RICK 当时真的给

了我很大的鼓励，他相信我可以，愿意给我两个小时的时间做节目。同时他也告诉我如果我觉得压力大也可以做中文的，但是受众面就没有那么广。这话一说直接就把我的斗志给激发了。无论如何必须拿下这个英语节目。另外 RICK 还培训了我工作直播间硬件设施和录音软件的操作方法。



虽然都是熟悉的音频制作流程但是因为全都是英语上手还是需要一段时间的。这个时候 RICK 跟我说无论什么时候，遇到任何问题都可以随时跟他打电话。事实上我也是这么做的。在后来我在直播的过程中出现我处理不了的情况时，也是第一时间跟他联系。两个月过去，我的直播节目虽然不说做的有多好，但是进步确实还是挺大的。每次他有时间都会听了然后告诉我反馈意见。对于我专业的提升真的给了我很大的帮助。

当然除了这些人以外，我也接受了很多来自陌生人的善意，可能很多我都已经记不起名字了。记得去音乐厅做志愿者的时候每次结束时间都比较晚了，不管哪一次他们都会有人顺路送我回家。记得刚到美妈家里想租一辆自行车骑，结果店里来修车的直接把她的新车免费借给我骑了。记得在美国的时候，不管什么时候骑车路过红绿灯，别人都会微笑的招手让我先过。太多太多数不清的瞬间。让你觉得这个国家并不像之前了解的那么混乱、那么不安全。人与人之间的善意还是占了大多数。

当然除了认识了这么多有趣的人之外，在美国的时候还去了许多有趣的地方。因为我生活的城市是朴茨茅斯，在美国东海岸的一个海港小城。所以我的足迹也基本上是沿着美国东海岸，一路沿海的大城市也几乎都去了。这个地方恰好也是所谓的“新英格兰”地区。更加的开放包容，也更加繁华。

众所周知的纽约城就不用说了。去之前觉得纽约充满神秘感，去了以后发现，其实也还好啦。我们中国的北京上海也丝毫不比纽约差的。只是可能纽约城最大的特点是更加包容吧。如果说北京上海包容了整个中国不同省份的人。那么纽约就是包容了整个世界不同国家的人。各式各样的人种，各式各样的生活方式融合在一起就成了纽约。

那么除了纽约还有波士顿，其实对于波士顿最大的感觉还是这里有全世界最好的大学：哈佛大学和麻省理工。有这两个学校坐镇，波士顿可以说拥有最好的教育条件，这里有全美最好的医院。这里也有全世界最有钱最聪明的人，给这座城市蒙上了一层淡淡的优越感。

当然如果说我最爱的东海岸城市，还要数波特兰。波特兰这个城市虽然没有纽约波士顿有名气，但是真的非常宜居。天很蓝，空气很好，海风淡淡的吹来，不时还有海鸥的叫声，最重要这里既没有大城市如纽约般的喧哗，同时也足够繁华，应有的基础设施一应俱全，所以如果有机会我真的希望永远的生活在这个地方。

所有的这些有趣的人，美好的地方构成了我的夏日美国之行。我一直都坚信，一个人在他二十岁的时候独自远行面对这个世界和他四五十岁功成名就再面对这个世界的感受一定是不同的。感谢所有美好的回忆，都会悉心珍藏，放在心中慢慢沉淀。留待来日这些曾经种下的种子慢慢发芽！



杨亦霖

实习机构: San Clemente villas/Rosehaven.

寄宿家庭: Diane- San Clemente, CA

在美国的一个月的确是转瞬即逝。明天再去最后买一点东西，后天就得收拾行李准备回家了。现在想起来感觉自己来美国好像还是昨天。

这一个月里收获很多，不仅仅是这一个月，从我开始准备这个项目开始，就已经有了收获。以前一直都是跟着爸爸妈妈一起走，虽然去过不少国家，但对于申请签证、行李托运、订机票酒店之类的问题其实并不很清楚。而这一次从准备资料开始，到面签、订酒店机票、清行李、转机、一直到美国的整个过程都由自己完成，自己的独立性得到了很大的锻炼和提高。

在参加项目之前，我还是懵懵懂懂跟在父母后面走的“小朋友”，而项目结束时已经是可以自己一个人在洛杉矶打车、游景点、自己回家的“小大人”了。除了独立性，更显而易见的就是自己的英语水平了。由于身处美国，住宿家庭也是完完全全的美国人。正所谓压力产生动力，在这种条件下，我的英语也不断进步着。参观 UCLA 时带我们参观的小哥全程用英文讲解对我



而言也毫无压力了，看原版电影凭着英文字幕也都能看懂了。语言学习其实是一个潜移默化的过程，这一个月进步，是完全由环境产生的，也是无法替代的。

我的 host 名叫 Diane，是一个土生土长的美国人，而且是土生土长的加州人。她对于加州了如指掌，经常会给我们科普一些知识。其中有一条我印象特别深刻的就是“因为加州有好莱坞，所以加州人不像其他州的美国人一样，加州人身材特别好”，除此之外还有美国的各种习俗、好玩的地方、以及中美文化之间的差异。她责任心很强，也是一个非常有耐心的人。尽管有时会让我觉得有些“overprotected”，但她确实是把我当作她自己的孩子一样对待。她会驾车带我们去附近有名的餐厅吃饭，会在周末下雨不能出门的时候给我们找材料一起做手工，会提前在计划本上写好要带我们去的地方.....很幸运我能遇到这么好的 host，我想在我最后离开的时候一定会不舍的吧。

关于机构实习，我去了两个机构。一个是 San Clemente villas，一个是 Rosehaven。两个机构虽然名字不同，但性质是一样的。都是类似于养老院，但规模不一样。San Clemente villas 是一个规模比较大的机构，有大约 150 位老人居住。我所志愿活动的部分是患有阿尔兹海默症的老人们所在的地方。刚开始



的工作的确很难，因为大部分老人都无法与我正常交流。他们健忘，不知道自己要干什么，活在自己的世界里。有许多人可能因为中风或是其他原因不能自由活动身体，所以有些时候让人感到同情和悲伤。但后来，当我习惯了这里的工作之后，发现其实那里所有的老人都是善良的，他们只是变成了小孩子，活在自己的世界里了。我要像对待孩子一样对待他们，告诉他们什么该做什么不该做，我们要去干什么，和谁一起。这里的工作极大地锻炼了我的耐心和责任感，也培养了我的同情心，让我成为了一个更有爱心的人。第二个机构 Rosehaven 相对较小，只有 5 位老人。但正由于规模小，所以每一位老人都能得到极其细致的照顾。那里的老人们虽然也有些健忘，但沟通起来并无问题。那里的气氛很融洽，老人们在那里颐养天年，生活得也很快乐。机构每周会安排音乐课和体育课，在圣诞节等节日的时候还会邀请老人们的家属一起开 party 庆祝。跟国内的老人院比起来，Rosehaven 提供了更为细致、高端的呵护。我想这也是国内老人院努力的方向。老人院不应该是像监狱一样将老人囚禁在内，而应该有家的感觉，让居住的老人们感到快乐和满足。

除了在机构实习之外，我也去了很多有名的景点“打卡”。好莱坞、环球影城、格里菲斯天文台、UCLA、USC.....这一趟美国之行既学到了知识，增长了见识，也去到了著名的景点，有名的大学，和许多人都结下了深厚的友谊。这一次经历也将成为我宝贵的回忆，期待下一次再踏上美国的土地！



郑宁芳

机构：Andover academy

分享：美国志愿者实习月感想

一月底到二月底，一个月的时间很长，在美国过了情人节，又在美国过了年，第一次不在家过年。考完试就飞来了，飞回去就立马开学了。一个月也很短，感觉一下这都最后一周了。总体来说这一个月的经历在我的历程中是奇特有意义的。

我在佛罗里达的 Hollywood，家庭是在 countryside 而不是 city，当然会有为什么没分在大城市或者条件更好的地方的失落感。因为我从小在城市长大，也没去过乡村，来了之后却挺开心的，第一次觉得天这么低，伸手就摸得到云的感觉。第一次感觉不用进到哪哪都长得一样的小区，每个人家想把自己的房子刷成什么颜色就什么颜色，想装饰成什么样就什么样。就是一片小小的地，但是这片地方就是我一个人的这种归属感让我非常喜欢。可能老年以后我也会想住个这样的地方吧。再加上佛罗里达的阳光，让我完全忘记了还在北京时冻得瑟瑟发抖的样子。海边、沙滩、



游乐园变成不再是夏天的特权。难怪初中课文里都说，佛罗里达是美国人最爱养老的城市。美妈 Shamela 是我在这边接触最多的人，她经常会教我们做一些特色的食物，以及因为她来自牙买加，我也尝到了许多与众不同的牙买加美食。我和同住的女生还一起做了一桌中国菜给美妈家庭吃，他们的评价是“really impressive, even better than those Chinese restaurant here”。哈哈，非常开心，中国果然美食大国。我们有一起出海游览，一起逛超市，一起在家玩游戏。最印象深刻的是她带我去了一个她经常去的教堂，她是信基督教的。教堂和我想象的真的是完全不一样，没有穿着黑褂的神父，大大的十



字架，严肃的气氛，相反 event 的开场是个乐队表演，非常的像个小 live house。接着是穿着正装的神父开始为大家解读圣经的内容。每一个工作人员都带着笑容。美妈说她信基督教因为它会告诉大家什么是好的，什么是不好的。他们会按照信念的指引做善良的人，这样死后便会进入天堂。虽然我不太信什么上帝耶稣，并且以前还对这些有小小的偏见，总觉得是为了募款什么的，但这一次我的确改观了。当然佛州最让我喜爱的还是那些海滩 South beach、Hollywood beach，每一个都美得让我不想走。坐在海边的时光，似乎能让海浪冲走一切烦恼。

美国人的热情有礼也是让我非常印象深刻的。坐公交时男士总会伸手请女士先上车自己再上，司机总会特别阳光的和你 say hello，有坐轮椅或者腿脚不便的人上来，大部分人都会帮着收放座椅。在超市，熟食店员会特别热情的给你推荐食品，带着一种特别的自豪感。问商品位置时也

会一路微笑领着你在货架中寻找。在海边游乐场，还会有游客主动问需不需要帮忙拍照。所有这些，让我觉得美国是个很暖的地方。不过以前我也看过一句话叫做“一个人去美国会不会得抑郁症？”。其实来了发现这句话也算是事出有因。地广人稀的美国的确是经常只有自己一个人，尤其像我这种住在乡村的，几乎路上碰不到任何人。所以我觉得在美国真的是释放天性释放压力的好地方，在大马路上可以放声唱歌，坐在商场里可以跟着视频音乐跳舞，有人走过来还会眼神放光的和你击掌。让我觉得特别自由。

除了和家庭的相处以及到处游览。这一个月还有很多时间是在**志愿者机构**渡过的。我分到的是 Andover academy，准确说是一个类似幼儿园的早教机构。的确是小朋友们太小，机构每天的教学任务也不太重，所以我们并没有太多的固定任务可做，大部分时候还是帮老师准备下材料和小朋友聊聊天什么的。不过第一次被这么多小朋友包围着也是挺特别的，学着和小朋友沟通大概是我最大的成就，没有成人世界的烦恼无奈，每天看着这些小朋友听故事、做手工、吃点心都觉得日子怎么可以这么轻松快乐，有时候真想回到那么点大的时候。不过看着他们我似乎也明白，生活哪有那么多不开心，每天能吃到好吃的东西，回家能见到我爱的家人，其实就幸福的不行了，更别说我还有自己想要奋斗的方向这么让人开心的事了。



在美国的一个月，可以说其实是给我停下来思考的一个月，马上回去大三下就要开始准备考研了，我来美国看了很多听了很多，慢慢的也在寻找自己想要的生活方式，也明白该认真努力为了自己想要的东西。总之，是我不会后悔的一个月。

廖明园

机构: Hollywood Education & Art Academy

分享: 佛罗里达的热情

此时我已离开迈阿密，离开劳德代尔堡，离开米拉玛，到达加州圣何塞朋友的家中。从佛州毒辣的阳光到突然降温的加州，头发在风中凌乱，我又找回了冬天的感觉。

在志愿者的这四周，我有幸拥有一个温暖的大家庭，有幸在一个很有意思的机构参与工作，有幸遇见了那么多小伙伴，更有幸经历了很多不一样的东西，可能带来或晴或雨的心情，但让我能从中思考，一并抛下在学校忙着赶这赶那的节奏，度过这个颇为特别的假期。

家庭=分享

我的**寄宿家庭**是来自牙买加的 Tracey's 热情好客又有基督教背景，我来时的机票是半夜 12 点到劳德代尔堡，我原本的打算是等到工作时间即早上 8 点寄宿家庭来接我，结果当我邮件联系美妈之后，家庭决定连夜接我，让彼时还未出发的我十分感动。到达佛州，比长沙下雪我穿着的



羽绒服更热情的是家里的每个人，以及美妈说的那句“My home is your home”。因为我们邻居也是 host family，种种原因我们就有 6 个女生住在相邻的两栋房子，再加上原本的一个留学生和寄宿家庭的爸爸妈妈哥哥姐姐以及狗狗 melon，我拥有了一个巨大的家庭！

在这一个月中，我渐渐养成了每天分享的习惯，我每天会花很多时间跟美爸美妈交流。我和美妈分享学校的课堂，孩子们对我们多好奇，还有我们中文名字的含义，周末的旅途；我和美爸讲述梁祝、牛郎织女的故事，他们听后称之为“Chinese’ Romeo and Juliet”，还有我的专业领域，中美的生活习惯，和朋友的相处；我和寄宿家庭的哥哥姐姐分享音乐、电影以及他们工作上的趣事。这个习惯一旦养成，我甚至会 and 不同机构的中国小伙伴分享一天的事情。在分享和交流中，我发现不管是中国还是美国，人们追求的东西不因国籍和宗教而改变，我们追求人与人之间的关爱，追求人生的意义，生活的宁静和幸福。有的时候在国内的快节奏和环境下，我们往往忘了真正追求的是什么，此时不妨回归一下家庭生活，好好和父母、朋友聊聊，分享一下生活的小确幸、小烦恼，有时这样看似“不做功”的小瞬间，却极有可能带来“充电器”般的效果。



不一样的校园

我的机构是 **Hollywood Christian School**,也是美爸工作的学校。这是一个由当地教堂负责的一个私立学校, 学生包括学前班直到 12 年级 (高中)。正如大家想象的一样, 这边的课程内容会比较容易, 一堂课教不了太多东西, 但是课堂组织的自由和体现出的观念是很可贵的。

1、鼓励

鼓励是不管在课堂里老师对待同学们完成的每一个小小的任务都给予称赞和鼓励, 对我们志愿者完成的小小的工作他们也会表示称赞和感谢, 虽然这已经成为了他们的习惯, 有时也有可能是客套一下, 但是确实很有效果, 让一天的工作和学习都充满了积极的情绪。

2、创造

在国内, 从中学开始知道现在的研究生阶段, 导师们讲的一大重点就是中国学生缺乏创造力。但这次经历过后, 我觉得从小我们就用各种各样的标准答案和评优的条条框框把小朋友的创造力给扼杀了。就像《小王子》里的主人公画下的吞了大象的蛇, 却并没有大人愿意守护这份童真和想象力。从小, 即使是说了多年的素质教育, 不管是文化课还是艺术课, 老师们基本上都是依葫芦画瓢, 不允许有太多不同出现, 就连做手工都以那种家长帮忙做的规规矩矩漂漂亮亮的那种为佳, 很少有老师鼓励那种笨拙却有想法的作业。实际上, 小孩子不应在质量和精巧上有过高的要求, 因为他们大多完成不



了，而应该鼓励学生自己做，用自己的想法，而不是网上抄一抄，以交上去好看为基准。真正的创造力和亮点就是从看似笨拙的一次次尝试中闪现的。

我们还有幸参与了高中的英语和数学课堂，虽然内容很简单，但是老师都强调要自己写，数学课上也允许有开放性的答案，只要言之有理即可，这种课堂的组织方式让我觉得不会给学生施加额外的压力，也能营造良好的氛围。

话说回来，精英教育的话肯定不会这么轻松，但是我也知道这个学校有少部分学生已参与到大学的课程中，所以说国内中学小学的一刀切并不是通往好学校好能力的必要条件，相反，从我学到现在，我反而觉得对待学习及积极与主动，和创新能力更重要。几个标准答案和几个答题套路并不会真正让你整个思维体系有提高，反而会更依赖于这种模式化省事省力的思维中。

另外，这个学校有很多活动，短短四周除去春节，我参与的就有每周的宗教课堂，“patriotic chapel”，两次 Talent Show，我还给一位中国高中生伴唱呢，以及他们参与度很高的展示及融资活动“Culture Week”，让我感到了校园文化的多元以及包容。

3、文化交流

临走前，我给几个课堂做了关于中国传统服饰的 presentation，感觉老师们都非常欢迎我们这种带来新点子和文化差异的交流，这也是这个学校的很大特点，文化的包容性。在平时上课的过程中，老师们都有意让同学们多分享自己祖籍的文化，因为这边牙买加、波多黎各、墨西哥移民家族很多，所以这也集中展示了美国对不同民族的包容以及他们的融合。

生活更纯粹

这边的交通和吃住对我们中国孩子来说确实不太方便,这一点是让我们想家的重点。但是也和居住在美国的朋友分享了在这边的感受后,确实感觉在这边生活更纯粹。不论是穿衣,生活习惯来说,这边的人们都会给予更大的宽容和尊重。不会因为你打扮得比较出挑或者太过于随意而轻易 judge 你 (这在国内就会有太多人看不惯吧),而且他们尊重你的文化习惯,可能他们不理解,但是也不会露出鄙夷之类的,也很容易就接受了。反倒是在国内,感觉有时不管做什么都得做到尽善尽美,就连评论个微博都得注意措辞,



更别提在街上打扮得用力一点就会有行人侧目或者自己害怕熟人的议论。职场上也更注重工作的实质,应酬活动少很多吧,上班族下班后有更多时间参与到家庭活动之中。总体来说就是更自由,可以不用那么在意别人的目光因为大家都很自然地接受彼此的不同。同时生活更像生活本身,而不是为别人而活着。

游历

在参与志愿工作的同时,我利用周末的时间去了迈阿密,奥兰多,纽约等旅游景点,也算是在工作之余的丰富经历。在迈阿密看到了绿色的大西洋,也被海边的阳光晒伤;去奥兰多的

环球影城圆了从小的哈利波特情结，也感受了欢乐的音乐小剧场表演；去纽约度过了春节，近距离接触了自由女神，想象从欧洲远赴重洋来到美国看到自由女神像从海平面缓缓升起的激动时刻，有幸观摩了莫奈的巨幅睡莲、梵高的星空、土耳其挂毯、埃及神殿等等人类的艺术结晶，参观了哥大的电气系，也在纽大的旧书摊淘了书。在纽约的时候还下雪了，在这样一个情境中我们在唐人街吃了火锅作为年夜饭，真是值得纪念的一个新年。

辛辣瞬间

诚然，不是外国的月亮就一定圆，我也经历了很多不太愉快的事情，但是好在最后的结果都还好，所以也算是“辛辣瞬间”！之所以说辛辣是因为就如同吃辣，一时缓解不了还不如好好享受辛辣的感觉呢！比如说在环球影城的哈利波特 3D rider 上故障卡在半空中等着工作人员一个一个把我们移出去，还有奥兰多回程的时候高速路堵到不行半夜 3 点才到家（此处感谢等了我们那么久还在车站接我们的美爸美妈）；还有因为害怕待会 bedbug（纽约是 bedbug 重灾区），回佛州之后把所有东西都暴晒的经历；以及离开佛州不光没赶上飞机而且还把 ipad 落在迈阿密机场的糗事，也算是明白了原来 standby 的意思就是等到后续的航班有位置的意思，好在 ipad 在向 MIA 的 lost and found 报告了之后很快收到回复邮件，现在已经要用 Fedex 寄给我了。

佛罗里达的 Ackee 和番石榴给我留下了一个充满热带风情的冬天，也让我在美国拥有了一个家庭和很多好友，希望以后有机会再次拜访这片土地，我相信到时一定有新的感受。

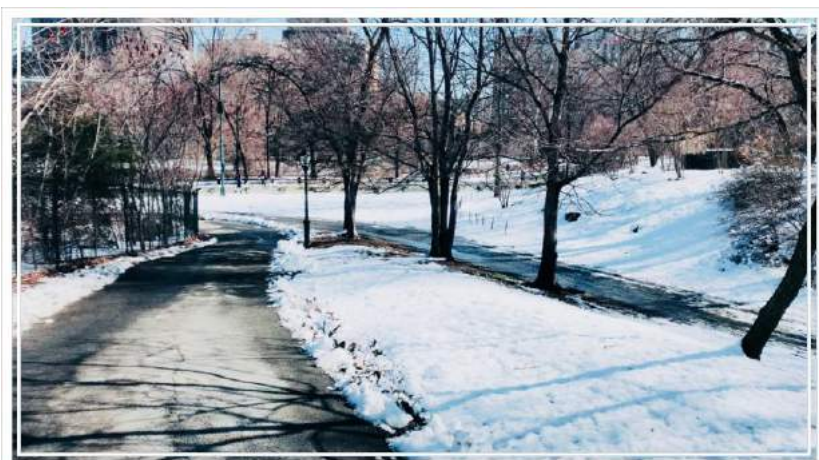
颜麟懿

机构: Potential Academy, *2018

分享:

不知不觉, 在美国的四周生活已经结束了。这次旅途我感到收获良多。都说百闻不如一见, 虽然从小就一直对美国的文化有所了解, 但见到真实的美国, 还是与内心的期待有所不同。

首先是**交通**, 因为去机构的路途稍有些遥远, 需要换乘 3 辆公车。而令我没有想到的是, 美国的公车间隔居然是三十分钟甚至一个小时一班。这跟国内几分钟一班的公车真的不太一样, 一旦错过就要漫长地等待下一班。然而美国的公车幸好是有 schedule 的, 在每个站的到达时间都基本固定。而火车也是异常的慢, 大概是符合大多数美国人的慢生活节奏吧。



但是美国公交比较好的一点就是考虑到了特殊需求的人。对于携带自行车的人, 车头有专门安放自行车的位置。并且对于坐轮椅的残疾人也设置了可以收放的滑道, 方便他们上车。

说到在美国最不适应的, 就是**饮食**了。和中国经过改造的西餐不同, 美国的食物大多数都一言难尽。所以早餐和中餐一般都是我和小伙伴们自己动手制作,

晚餐则是住家负责。住家妈妈做的晚餐还是比较美味的，有各式各样的咖喱鸡，牛排，猪排等等，并且还很贴心地怕我们吃不惯准备了米饭。而在纽约，中餐馆随处可见，所以总体来说饮食并没有造成很大的困扰，只不过是费用会比较昂贵。这也给以后有留学计划的我提了个醒，今后要好好学做菜。

在机构的日子也是充实而又忙碌。主管是一位很和善并且对中国文化颇有兴趣的女士，我们进行了很多关于中国文化的交流，也相处的十分融洽。而在机构的工作主要是帮助小孩子们学数学和在教室里协助老师，还有在餐厅帮忙。在此过程中感觉美国孩子的数学能力真的有待加强。但是相较中国孩子，他们会更加注重礼貌，也更加活泼。



我们参与了他们的课堂，也感觉到美式教育的特点。每个人的观点都会被尊重，并且没有唯一的正确答案，比较自由和开放。而在礼拜上，他们对于基督教的虔诚也让我感到惊讶，对于他们来说，jesus 更是一种精神力量的来源。

他们的校园生活也是比较轻松的，下午两点半便早早地放了学。而且课余生活比较丰富，常常周末会有 party 和野营，课程内容也是比较繁多。在学校的日子也令我十分开心，因为每天可以见到可爱的小孩子。

总之此次美国之行可以说是涨了很多见识，从前只是一味认为美国是很好的世界强国，而此次我更加全



面客观地认识到了西方国家的优缺点。比如提到的交通，相比国内的高铁，美国的火车可以说是相形见绌。而日常出行也是离不开汽车，因为公交实在十分浪费时间，所以很多人都戏称没有车的人在美国生活，简直是一种 struggle。

而在全英文的环境下生活，我也认识到了自己英语口语的不足。虽然一直以来我的英语成绩都很好，但是和老外交流起来，还是不能十分流利，因为老外的语速并不是像四级听力那么缓慢，也有很多没有接触的俗语。

此次我和小伙伴去到了迈阿密，奥拉多，纽约几座城市，参观了哥伦比亚大学和我一直很向往的纽约大学 stern 商学院。有人说读万卷书不如行万里路，但我觉得还是得两者兼顾。因为此次美国之行，让我形成了更加全面的世界观，同时也结识了一群优秀的学霸小伙伴，也深深让我意识到了自己应该更加发奋地学习。算是不虚此行吧！



廖凌慧

机构：WORLDVIEW PROJECT

分享：

圣地亚哥，加州南部与墨西哥接壤的城市，这里一年之中 360 天都是晴天，街边的热带风光、沙漠植物仿佛时时刻刻都在提醒你：欢迎来到美国最为热情的地带！加州，加州，在心中默念它的名字都会令我心潮澎湃。

在来美国之前，毫不夸张的说，我 90%的情绪都是害怕、担心、惶恐，对这次行程甚至不敢有任何的期待。也或许是正是因为这样，在圣地亚哥的这四个星期，我每天都会感激自己当初的选择。我不曾想过，原来一个人也可以远方，原来世界真的很大，原来美的方式多种多样，有趣的灵魂并非万里挑一。

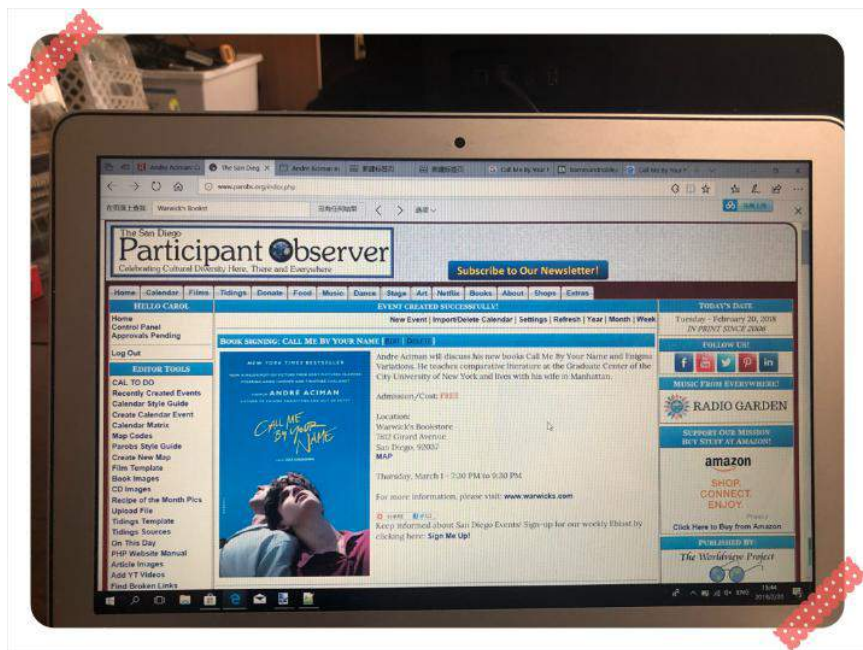
我的住家是一对 50 多岁的夫妻（但看起来真的只有 30 多岁！），他们领养了两个分别来自中亚不同国家的男孩（一个刚满 11 岁，一个 13 岁）。如果你问我，这次美国之行最令我难忘的是什么，我一定会毫不犹豫地回答：遇见了他们。我们住的房子十分十分的大，按他们自己的话来说，大概就是在圣地亚哥都不常见





的大房子。前庭后院，亭台楼阁，典雅的装修，风格各异的壁画，可爱的狗狗和高贵的小猫，是我对寄宿家庭的第一印象。当然通过几个星期的相处，在我真真正正的了解美国家庭以后，我就时常感慨：天啊，孩子们怎么都这么懂事，从日常的洗碗、收拾厨房到目睹美爸时刻紧盯的“绅士法则”，都不得不让我进行自我检讨。美爸美妈特别关心我，初来的一个星期时常问我会不会想家，需不需要他们为我做些什么，当知道我想念中国菜后，还特别兴奋地第二天就带我去吃

他们平时去的中国餐厅。说到吃呀，还不得不提一下，这趟旅程在食物上我可是收获颇丰，美爸美妈带我去过的餐厅加起来都快有 10 个了，按菜系国别来分就有中国、美国、墨西哥、日本、意大利 5 种，顿顿都让我吃到撑。这是食在美国，当然最让我兴奋的还得是**玩在美国**！前一周美爸带我和俩孩子去了荒漠度假，一路上都是我连连不断惊叹声。开着吉普车在空无一人的沙漠中扬起铺天盖地的尘沙，在炽热的空气中臣服于自然的伟大。白天我们徒步、攀岩，那是巨石、黄沙、大漠、峡谷，夜晚我们对着手机软件在漫天璀璨中寻找射手、天平、巨蟹，这是我在人生前二十年从未体验过的刺激啊。所以说，若要谈“我与我的住家”，那我怕是可以滔滔不绝一整天。但就像我和他们说的那样，住家之于我就像“Ramdon luck of universe”。



再说说我的**志愿活动**，我工作的机构叫做“The Worldview Project”，一个致力于体现、传播圣地亚哥多元文化的媒体工作室。这是一个 none-profit 的组织，所有人包括我的 boss 在内都是志愿者，大家来工作的时间都比较灵活，一般人一周来 1-2 次，每次工作时长 2-3 小时。但和他们按年来算的志愿时长不同，由于我只有 4 周的工作时间，也就很荣幸的成为了整个组织仅次于 boss 工作时长的人。周一到周五每天早上 10 点到下午 5 点，再加上从家到工作机构 1 个半小时的路程，我每天都累得不行。然而 boss 的和蔼可亲，机构小伙伴的热情友好，都让我将每日工作当作是一种期待。我的工作任务是更新我们网站

的 calendar event，通过大量地浏览当地较有名望的网站，从中挑出符合国际化和文化多元的事件，利用简单的编程来实现我们网站日程的更新。

也正是由于工作的原因，我才得以更加深入地了解到圣地亚哥这座城市的国际性和包容性。

在 WVP 的日常是工作虽然总令人头大，但感谢工作环境的轻松愉快，大家常在工作之余畅谈自己生活经历又或是在搜寻资料时发现的新鲜事。

虽然我的口语和听力依然达不到多人聊天的水平，但这么几个星期下来，我也成功地从一个开始听他们聊天听得耳朵起茧脑子短路，到逐步适应

他们的语速，加入闲聊、谈话之中的人。真的很感谢 WVP，让我有幸认识了许多许多热爱读书、艺术、旅行的朋友，我们一起为了 WVP 的网站

呈现更好的内容而努力，一起去参加了读书分享会，倾听、交流了有关旅游有关志愿者的心得，一起去了 Tecate（墨西哥的一个城市，距离圣地亚哥一小时车程），走走停停、吃吃喝喝，跳舞、聊天度过特别有意义的一天。

美好的时光很多很多，多到每每想到分别我都真的特别不舍。说了很多遍 Thank you 说了很多遍 I don't wanna go 说了很多遍 Hopefully we can see each other again 依然抵不过一句 I'll always miss you. 我不知道该以什么样的方式来记录这一个月，但这一定是我最最最难忘最最不舍的一个假期。It's the best decision I've ever made.

