

考拉小巫的留学成长日记



写给在人生路上不曾停步的人

也许我们走过的「人生路」各有不同，
但作者在逐梦路上所经历的彷徨、犹豫和自我怀疑，
一定能让你从中找到「自己的影子」。
但这本书期待每一个「梦想实践者」「勇往直前」地走在自己的人生大路上。

中国青年出版社

[考拉小巫的留学成长日记_下载链接1](#)

著者:考拉小巫

出版者:中国青年出版社

出版时间:2014-8-1

装帧:平装

isbn:9787515325040

本书讲述了考拉小巫去美国留学后在她生命中发生的故事。书中真实地记录了作者从国

内到国外、从校园到职场的转型中所经历的孤独、迷茫与自我怀疑，以及她如何凭借着信念、坚持与勤奋向自己的梦想步步靠近。

在本书中，作者分享了她如何适应异国生活，如何克服语言关，如何规划学业与人生，如何在激烈的竞争中打败美国求职者获得自己的梦想工作，如何摆脱贫职场新人的菜鸟状态，完善自己的工作能力，并且平衡工作与生活。作为一名临床心理咨询师，作者还分享了她在工作中遇到的难忘的人与事，以及留美五年来对美国社会的所思所想和个人的成长感悟。书后附录是作者针对网友的部分高频问题的回答。

这本书不仅写给正在为梦想而独自奋斗的留学生们、即将或梦想未来踏上留学之路的人，也写给正在经历人生转型期或正在人生路上独自打拼的人，以及每一位支持和喜欢考拉小巫的读者。在书中，你可以真实地看到作者在彷徨时的抉择、远离家人的孤独、遇到挫折后的坚持、未来人生方向的确定以及历练之后的成长，相信作者对生活和梦想的态度会给你带去共鸣、激励与鼓舞。

书中的精彩内容包括：制订与执行计划升级版 & 时间管理；如何克服语言关；我在美国上法庭；面试这关怎么闯；向“外国人心理”说再见；不忘初心，方得始终；静下心来，活在当下……

作者介绍：

考拉小巫

畅销书作者，专栏作者。她的第一本书《考拉小巫的英语学习日记：写给为梦想而奋斗的人》出版以来畅销至今，深受广大读者喜爱。

临床心理咨询师。美国圣路易斯华盛顿大学（WUSTL）社会工作专业硕士，专攻精神健康及心理咨询与治疗。

伊甸园字幕组前任影组组长。爱好电影、字幕翻/听译、旅行、读书、美食、摄影及写作。她参与字幕制作的电影和美剧包括《越狱》、《当幸福来敲门》、《憨豆先生的假期》、《加勒比海盗3》等等。

新浪名博“考拉小巫居”博主。关注她的博客粉丝遍布全世界21个国家117个不同地方，很多忠实粉丝已关注她的博客长达7年之久。

想更多了解考拉小巫，请点击：

新浪博客：考拉小巫居：<http://blog.sina.com.cn/loveandpeacejoy>

新浪微博：@考拉小巫：<http://weibo.com/loveandpeacejoy>

个人网站：<http://www.kaolaxiaowu.com>

目录: 推荐序 一颗种子，一片森林/古典

推荐序 老友记/胖咸鱼

自序 在路上

第1章 临行

第2章 初到美国

美国是一片干面包

文化冲击初体验

第3章 我的奋斗

跌跌撞撞第一年

第一堂课

静下心来，活在当下

与时间赛跑的生活

社交恐惧与留学孤独

我在美国上法庭

一次失败的实习经历

感恩2009

◎ 小贴士

制订计划与执行计划之升级版

喜忧参半第二年

完美学年从计划开始

“女战士”养成记

再谈语言关

站在毕业的十字路口

◎ 小贴士

我在美国读社工

第4章 找工作历险记

我的核心竞争力是什么

求职博弈论

面试这关怎么闯

面试实录

又一次听到梦想成真的声音

◎ 小贴士

关于求职的三言两语

第5章 职场成长历练篇

入职二十四小时

初见客户的尴尬

向“外国人心理”说再见

先假装会做，直到你真的会做

工作和生活就像跷跷板

不忘初心，方得始终

生活是一盒巧克力

尾声 重新上路

第6章 人在美国

我眼里的美国式教育

美国人的婚恋家庭观

哪里的月亮比较圆

我的成长感悟

关于适应

关于比较

关于包容

关于运气

我的迷惘，是去是留

后记十年

附录 问与答

· · · · · (收起)

[考拉小巫的留学成长日记](#) [下载链接1](#)

标签

考拉小巫

励志

留学

成长

个人管理

英语学习

人生

职场

评论

晚上三点的时候莫名醒来，于是彻夜把这本书读完了。和前一本书相较，这一本更成熟。考拉小巫面对的困难不再是题目单词书本，更多是实打实的语言交流学术作业实习工作，我又再一次在人生的当口上看到一本这么重要的书。真的很幸运。我一直觉得遇见一本好书是一种缘分，在20岁的时候把真爱带到你面前你不见得懂得珍惜，在30岁的时候让你像爱初恋一样爱一个人你或许也做不到。所以说，你能遇到一本书，你觉得它写得好，它给了你力量。某种程度上就是一种莫大的缘分。今天时间不充裕，改天我要一篇认真的书评。说说她对我人生的改变。

又一段人生经历的回忆。

实在是读不下去了。上一本讲英语的还挺好。但这本，这种讲述个人经历的书如果你与作者不是一个类型的人，那么你在读的过程中就找不到任何共鸣点。以后不再读类似的书了。

快速的翻了一下，这类书是不是越来越读不下去，感觉写博客不如不集结成书……

诚意之作，比大多数豆瓣红人的书都强

真诚的剖析 无矫揉的励志

之前考研读过。现在回想，我也曾那样奋斗过。没什么好骄傲，因为现在堕落成了这个狗样子……

我喜欢美国这种当你想回炉进修，就能回炉进修的状态。作者对于学习、教育和工作的理解深得我心，也让我反思最近的生活状态。没有任何全心全意的努力付出会白费，所以行动之前真心不用太计较得失。

没有英语那本好，空话太多了，英语那本起码提供了很多有用的英语学习方法

总结得恰如其分

取我所需吧

与人斗不如与己斗

不一样的“励志”书。

佩服她的时间管理和超长自律续航，我现在就把下床然后锁上卧室的门，今天不能躺不能躺

比第一本更加让人感动 其中对于找工作和工作的部分 实在感同身受~
对于克服语言关和通过工作提升自己实现梦想的部分
更是给现如今这个迷茫的我切实可行的建议~ 考拉小巫，不只是鸡血而已~

太多相似的心境。太怀念的日子。

真实朴素。

留学是又一场苦战的开始

其实书的内容都在她的blog看过，还是让朋友从国内帮忙带了实体书过来。她给我的不是鸡血，而是姐姐一般的温柔的陪伴。

诚恳、真实、真性情。“巧克力”的案子非常感人！

[考拉小巫的留学成长日记_下载链接1](#)

书评

花了两个通宵把这本书读完了，不是我想熬夜，是它实在是让人欲罢不能。
回首一下，我大概是在大二的时候知道考拉的吧，感觉特别励志，那时候也卯足了劲认真学了一段时间，后来也有幸去了一趟美国，的确也挺喜欢那个地方，也种下了美国梦。可是，一晃现在回国已然...

她不是女超人，不是励志姐，更不是炖得一手好鸡汤的心灵厨娘。

她只是我们在平行世界里遇到的更好的自己。——题记

初识考拉小巫，是在前同事的办公桌上。

该同事热爱摇滚，热衷英语，热练肌肉，彼时还剪了一个十分热辣的发型，整体说来算是一枚有Geek逼格有文艺情怀有愤青...

最近看了《考拉小巫的留学成长日记》，并没有像那些发书评的网友那样一口气读完了整本书。我看书的节奏往往取决于当下的心情和心境，从小养成的坏习惯，容易受环境的干扰而改变。所谓近朱者赤，近墨者黑！

之前看了《考拉小巫的英语学习日记》关于她的事迹和...

初次读考拉姐的书是在大二，那时候刚去实习各种迷茫，加上又要考专四，压力很大，想改变却不知道从哪儿做起。去书店想在各种励志书里寻求答案，找方法。看了许多本却更加迷茫了。这个时候无意间看到考拉姐的《考拉小巫的英语学习日记》，抱着随意看看的心态翻开了书，发现作者...

写在感悟前：认识您，太过意外。人生中所有的际遇很奇妙，一晃我们相识多年，平凡如我，无法想像如此近距离的接触我欣赏的考拉姐。她在我心中是永不言败的战神。我一直把这种相识当作上帝给予我的财富，这种财富并不是用金钱来衡量的。感谢Joy这么多年里如此真诚、坦诚...

关注考拉好几年了，她的故事和书都激励着我的英语学习过程。经过一天一天，一步一步的努力，我现在已经成了新东方的老师。回头来看，我自己的经历也印证了考拉不断奋斗的箴言。考拉最难能可贵的地方就在于她的真，真实中总是孕育着无穷的力量。

说来奇怪，读到考拉小巫的书，也许是我留学之路的一次奇遇。是偶然，但也是必然。我清晰地记得那天晚上，我在学校机房里紧张地查自己第二次TOEFL成绩，然后望着电脑屏幕再一次失望懊恼。

郁闷地走出来，在空荡荡的图书馆里漫无目的地晃，消化着这个二度失利的结果。当时的想...

阅读时，对于作者在几乎整本书里都自卑、胆怯感到不可思议，鉴于作者的履历和她敢

独身一人去美国留学。并且，有很多细节都能说明作者其实非常勇敢——只因为听了别人的建议，就敢尝试在美国上法庭，怎么看都不是自卑、胆怯的人能做得出的。有一瞬间，我觉得作者在装，但作者文...

以下是我今晨写的刚整理完毕的文字，不算书评，只是我个人想记录下来的话，希望考拉小巫能看到，如下：

现在是凌晨2: 21，在这之前近四个小时里我一口气读完了考拉姐姐这第二本书《考拉小巫的留学成长日记》，本来读后已经快两点了赶紧爬上床准备睡觉，但平时作息规律的我竟...

考拉小巫的两本书都买了，与第一本不同的是，第一本《英语学习日记》拿到手立刻以打鸡血的状态连读两遍。而这本书《留学成长日记》到手后，正值对心灵鸡汤、成功学、鸡血文的倦怠期。

逐步意识到靠着这些文字鸡血来给自己的努力打气，无异于功能性饮料，一阵一阵。缺缺乏持久性...

以下是我今晨写的刚整理完毕的文字，不算书评，只是我个人想记录下来的话，希望考拉小巫能看到，如下：

现在是凌晨2: 21，在这之前近四个小时里我一口气读完了考拉姐姐这第二本书《考拉小巫的留学成长日记》，本来读后已经快两点了赶紧爬上床准备睡觉，但平时作息规律的我竟...

一个同龄的平凡女生的成长历程，文笔平实，整本书描述小女生心情的文字占比较大。但她的真实真诚、勤奋努力打动了我，跟着她同时回顾了自己的那些年。她的成功不在于她的聪明和所谓的没有输在起跑线，而在于：一是她有明确的人生目标及规划。大学时努力学英语考北外，读研时努...

考拉小巫就像一个邻家女孩，对未来怀有美好憧憬，亮晶晶的眼睛里全是对这个世界的好奇。她一笑，整个世界便亮起来，流光溢彩。遇到闯不过的难关，诸如如何克服语言障碍、如何调整心态、如何摆脱职场新人的菜鸟状态、如何融入美国这个大家庭，她惶恐过、哭泣过、不安过、怀疑过...

这本书我一年前买的。结果才看了2章 求学那部分
他就和我说88了。书就一直压箱底了。我虽然研究生是英语笔译专业
但是应试教育仅仅书面功夫 对于文化 尤其是美国人的生活 家庭
婚恋观等等一窍不通。再次拿出这本书 我是真的想了解下美国文化
或者说美式思维。我一直都有个疑问 ...

看完《考拉小巫的英语学习日记》又接着看这本书，两本书都很真实又非常地实用，都
有很多干货，强烈推荐想要出国留学的童鞋们看呀！看的时候觉得考拉小巫能做到这么
多难这么有挑战的事情，我努力复习一年考研又有什么好害怕的呢，考研要加油努力复
习呀！Fighting!!! 读完以后觉...

[考拉小巫的留学成长日记 下载链接1](#)