

四季
奔
思

intern plan 快乐实习生

主编 / 刘琼雄

湖南师范大学出版社

思
奔
季
01



intern plan

快乐实习生

主编：刘琼雄
湖南师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

快乐实习生 / 刘琼雄主编. — 长沙: 湖南师范大学出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5648-0643-9

I. ①快… II. ①刘… III. ①纪实文学—作品集—中国—当代 IV. ①I25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 005564 号

快乐实习生

刘琼雄 主编

图书策划: 邹宏

统 筹: 黄晶 黄瑞芳

责任编辑: 邓筱 莫华

责任校对: 张雁

装帧设计: 周游

出 版: 湖南师范大学出版社

地址 / 长沙市岳麓山 邮编 / 410081

电话 / 0731-88853867 88872751 传真 / 0731-88872636

网址 / <http://press.hunnu.edu.cn/>

总 发 行: 天舟文化股份有限公司

地址 / 长沙市芙蓉区东二环二段 194 号天城新都商务楼 5 楼

电话 / 0731-82801357 82918792 传真 / 0731-82801356

邮编 / 410007

网址 / <http://www.t-angel.com/>

印 刷: 长沙超峰印刷有限公司

开 本: 710 mm×960 mm 1/16

印 张: 12.5

字 数: 100 千字

版 次: 2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 978-7-5648-0643-9

定 价: 35.00 元

版权所有 侵权必究

若发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向总发行公司调换

- P001 视觉音乐工作室摄影助理、掘歌员
掘歌员的秘密
- P004 时尚廊书店店员
“因为书在这里相遇，是无比浪漫的事情！”
- P008 茶田采茶学徒
茶如人生，需要风吹日晒、摸爬滚打！
- P012 渔农助理
日出而作、日落而息的渔民生活，别有一份简单的心情。
- P016 古琴手工作坊学徒
饱富生命之木，才能造出传达琴师心境的好琴！
- P020 田园蔬食餐厅服务生
开店最有幸福感吗？
- P032 民间艺人卖艺计划组织策划
卖艺快乐吗？
- P040 摩登天空音乐节舞台助理
摇不摇？以舞台助理的名义体验摇滚乐手生活
- P048 皂师助手兼店员
茶靡皂工坊，我来了
- P052 景德镇乐天陶社助理
乐天陶社快乐初体验
- P064 青年文化研究员
在青年志的第一天——初相遇
- P068 PKN“我的新媒体”实习生
分享是快乐的





P072 熊猫饲养员
抽空充数一把讲解员，现学现卖大熊猫科普知识！

P088 美术馆展览导览员
与观展者分享的最美妙之处，是一个眼神之后，交换一份心情。

P102 气象短信写手
“跟全广州的人说重阳快乐，是美梦成真的感觉！”

P076 公益机构项目助理
用理性思考的脑袋，指引自闭症儿童迷茫的心！

P092 进念项目助理
拨开表面的华丽，有剧场工作者质朴的坚持。

P104 必得书店店员
“书店给我带来的思考契机，比书店的面积来得更为广阔！”

P080 独立乐队助理
一切音符的排列都需要精心的设计，才能筑起奇妙的音乐城堡！

P096 首饰店学徒
第一次看见自己亲手做的皮包变成商品，雀跃之余又很不舍！

P106 苏格兰舞蹈工作坊助理
“轮椅上的舞者，通过舞蹈探索创造力与自我激励！”

P084 中天电视台实习记者
身为记者，最快乐莫过于每天早晨接到任务时新鲜的快乐！

P100 宠物医院医护助理
“我希望有朝一日，自己也能开一家宠物医院！”

P108 NOTCH北欧中国艺术节助理
“在移植北欧不同年代风格的舞池中，跳转时空！”

P 112 宜家家居销售助理
“从前我热爱宜家的家具，现在我更热爱这份工作！”

P 114 文化遗产保护中心年会助理
“NGO里有一群真正的理想主义者，眼神里没有惧怕！”

P 116 苏州青年旅舍前台接待员
“到了青年旅舍，就仿佛是找到了熟悉的温暖与依靠！”

P 118 “中法文化年”宣传助理
“借展映之名，离电影更近，离梦想更近！”

P 120 “先锋光芒”第五回影展志愿者
“与其说是工作，不如说这更像一次朋友聚会，看看电影，听听导演经验分享，很好很快乐。”

P 124 聋哑人士艺术团演出公关
“我觉得聋友们的坚持很倔犟，这就是他们的闪光点！”

P 128 拉萨平小客栈服务员
“逃离城市去拉萨开一家客栈，是每个人心底的梦想！”

P 132 高路动画公司创意助理
“以前只觉得玩是很快乐的，现在发现，工作原来也可以是一件快乐的事情。”

P 136 +D TEAM工作室视觉总监助理
“设计师的工作氛围很轻松，每天八小时的上班时间相当快乐！”

P 138 星光现场演艺执行助理
“灯光尚未打开，演出还未开始，但我已经清楚今晚即将上演的精彩环节！”



P140 万达国际电影城爆米花制作员
“做一份完美的爆米花，会让影迷看电影看得更开心！”

P142 婚礼策划助理
“用行动将自己的未来交付给另一个人，婚礼让我更相信真爱！”

P146 媒体设计助理
“让时装的概念加上环保的心意，是多么珍贵的举动！”

P148 北京电子音乐节市场组项目助理
“摘下伪装，忘掉烦恼，相约在阳光之下的音乐节自由起舞！”

P152 北京iMART连锁店导购员
我想分享的不只是店里的创意

P156 “岛之旅旅行社”海岛导游（珠海）
在海岛上，当一名入乡随俗的渔女导游

P158 悠游广州编辑助理
每个人身上的旅行经历都能写成一本指南

P162 乐创益展览馆接待员
公益是快乐互助

P164 友成·NGO合作项目助理
公益是共同成长

P166 易豆腐房美食助理
每个煮饭的人都是快乐的

P170 守望者客栈助理
借实习之名，游走一座陌生城市

P174 彩绘作品展览现场志愿者
在Coco Cat的迷彩世界里，每个人都有一只会说话的瓷猫

P178 文学杂志《鲤》宣传助理
平等交流比任何细节都来得更重要

P182 红糖罐音乐艺术空间演出助理
一名“救火队员”的养成法

P186 拜客·广州行动文案策划
宅女的低碳生活路线



“有梦的人不会累，有一天我将会在摄影与音乐中实现自己！”

掘歌员的秘密

实习生姓名：李汇庆（男，20岁，现为成都艺术学院学生）

实习单位：成都维瓦拉视觉 & 音乐工作室

实习地点：成都市锦江区华润翡翠城4期12栋801

实习时间：2010年6月10日—6月25日

主要工作职责、履行情况、不足及今后努力方向：帮助摄影师更好地完成拍照过程，比如打反光板和调节灯光、背景等。表现良好，自己及摄影师都较为满意。不足之处是自己的专业知识不足，很多事情要从头开始学习。今后在专业知识和实践方面要加强，要更清楚地明确自己的工作目的与工作需要。

李汇庆这个来自内蒙古的90后男孩，朋克但不莽撞，拥有70后的责任感、80后的文艺式敏感。他酷爱音乐，喜爱摄影，喜爱运动，喜欢成都这个城市以及成都式的生活。能说会道的他对工作和生活抱有积极主动的态度，对于大部分与艺术、设计相关的东西，他都保有强烈的好奇心。每个文艺青年都有自己的文艺梦想，李汇庆的梦想不仅止于文艺，还有点贪心：“我希望在音乐方面，能拥有自己的乐队；在滑板方面，能组建自己的团队；在文学方面，能拥有自己创作的一本书……”李汇庆的梦想，就从摄影助理与掘歌员的“快乐实习生”岗位起航。

掘歌员：沉迷在未知的音乐世界里

“掘歌员”一词或许很多人都感到陌生，其工作内容是从接到的音乐业务单中，挑选出指定



风格的合适曲目以供客户参考——这意味着，你可以试听到大把在网上无法随意下载到的“非流行”歌曲。这让酷爱音乐的李汇庆乐疯了：“维瓦拉有一个大曲库，里面搜罗了各式风格的、你或许很难也很少有机会听到的歌曲，在这样的音乐海洋里淘到自己喜欢又令客户满意的歌曲，实为一大乐事；而且，掘歌员所面对的客户大部分是音乐团队或制作人，甚至还有机会‘邂逅’喜爱的团队，简直太酷了！”

摄影助理：打反光板打得更专业了

第一天到工作室当摄影助理的时候，李汇庆很紧张，还恰好遇到了同样紧张的、第一次被拍的模特，所幸经验丰富的美女摄影师珊珊给了李汇庆很大的帮助，并让他得以成功偷师不少摄影技巧。接下来几天的工作很快便上手了，但李汇庆的缺点也渐渐暴露出来——容易在拍照的时候开小差，或者打反光板的时候找不到自己的位置。不过一回生二回熟，反光板打多了后，李汇庆倒也越发专业起来。

偶尔进行的外景拍摄却让李汇庆的心情“一半是海水，一半是火焰”。高兴的是，可以跟着工作团队出去边走边看；郁闷的是，成都户外的太阳太猛，把大家晒得够呛。但辛苦总是值得的，这段日子实习下来，李汇庆做出了这样的自我总结：“不仅对从化妆到拍完片子的整个流程有所了解，而且对光的把握和利用也有了一定程度的提高。”

维瓦拉的趣人趣事

工作室里有一位华语乐坛的知名艺人专门负责音乐部分的工作，人称“老调”。传说此人曾一统成都 Hip-Hop 乐坛，后来成为“独孤求败”。老调人很好，工作之余和李汇庆聊了很多，讲述了他在成都乐坛江湖上经历的“腥风血雨”。工作室里负责摄影工作的美女有好几位——化妆师阳阳、模特蚊子、摄影师珊珊，年龄相仿的大家很玩得来，李汇庆也乐于充当“万绿丛中一点红”。工作室里还有若干把吉他，喜欢音乐的李汇庆偶尔会蹭一把来玩，这下子，在工作室的生活就变得更加多姿多彩、如梦如幻了……

【快乐实习问答】

作为掘歌员，最希望接到的音乐业务单是试听什么类型风格的音乐呢？为什么？

最希望是摇滚乐，最好是朋克。因为自己很喜欢朋克音乐和朋克精神，对于朋克有着自己的独特见解和感情。

作为一名摄影助理，最想拍什么内容的片子？

最希望拍美女团体比如说世界小姐的选美片子。我相信如果接到这种片子的话，我的工作热情会有很大的提高，哈哈。

如果2012真的是世界末日，你希望在那之前做什么工作？

身为朋克乐队主唱，在舞台上唱歌度过2012的最后一天。



实习鉴定：
指导老师 李照

李汇庆同学是一个怀揣梦想的人，他只身来到成都寻找自己喜欢的生活。有次工作之余发现他在工作室挑了把吉他有模有样地弹，经过交谈才知道他还组建了乐队，也难怪他对音乐的领悟力这么强。他对摄影也有自己的见解，每次有拍摄他都一马当先，打光移灯一点就通。有梦的人不会累，我想有一天他定能在自己的旅程中实现自己。



1



2



3

1. 维瓦拉工作室的进门处，很棒！
 2. 我在做摄影助理，帮忙打灯。
 3. 掘歌员专门的办公用具：乐器、电脑、椅子。
- （采访/吕旭萍 图/李汇庆 珊珊）

“因为书在这里相遇，是无比浪漫的事情！”

实习生：彭华哲（女，21岁，现为北京外国语大学学生）

实习单位：时尚廊书店

实习地点：北京朝阳区世贸天阶北街时尚大厦二层L214

职务：时尚廊书店店员

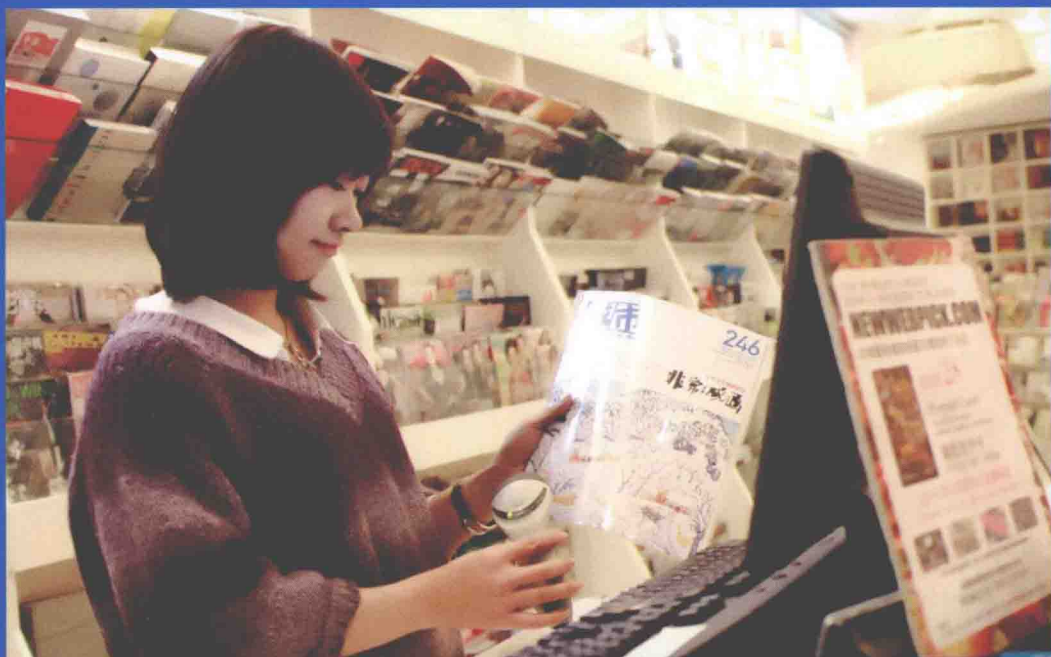
实习时间：2010年1月4日—1月14日

主要工作职责、履行情况、不足及今后努力方向：参与图书进货、标价、上架整理、接待顾客等日常工作，协助进行文化活动的组织协调工作；在时尚廊咖啡厅学习饮品制作、西餐制作。喜欢书和咖啡，喜欢与人交流，积极性高，有一定服务意识。不足之处在于涉猎不够广泛，知识积累不够丰富，处事能力尚欠成熟。今后会继续多读书、读好书。

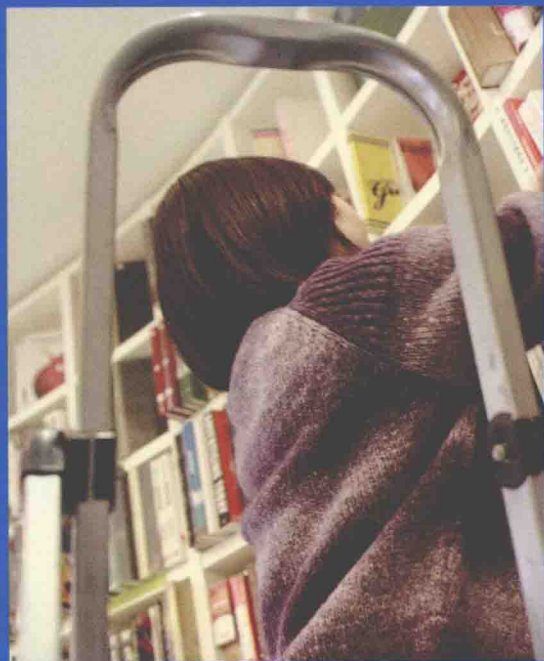


第一次接触到“快乐实习生”这个活动，大概是在我最迷茫不安的时候——心中有很多想法，却看不到明确的方向。尽管在读法律专业，我却时常想要寻找另一条出路，比如和几个朋友合伙去开家小咖啡店。我有颗不安分的心，对于未来有太多好奇和期待，总想尝试更多的可能性。





1



2



3



4

1.在收银台为顾客结账，刚好有客人买了最新一期的《城市画报》，很兴奋！2.我站在高高的书梯上整理图书，并将新书上架。3.我和同事们在书店的餐厅内讨论本周的工作，他们都是一群爱书、懂书，想要跟人分享书的热心人。4.书架上摆放着许多漂亮的原版杂志，这里就是“杂志癖”们梦寐以求的杂志天堂。（文/彭华哲 图/S小姐 橙子 Patty）

时尚廊，集书店、咖啡厅和餐厅于一体的艺术文化空间，宽敞明亮，占据整面墙的白色书架上放满了书跟杂志，看上去就很有感觉。在这里当一名实习店员，听起来像是无比浪漫的工作，其实日常的工作内容却相当琐碎。在书店工作的头几日，一批台版书入店，店里的人都很兴奋。连着两日，大家不亦乐乎地推车、取货、搬箱子、查单、点数、留存、贴防盗码与价格标签、整理上架……由于经手的是从内容到设计都很新鲜的书，简单重复的程式化工作也少了几分枯燥。隔日进店，看到摆放在显眼位置的新书，心里很美。

有感染力的还有店里随处可见的、顾客找到难寻的书时露出的欣喜的笑容，爱书、懂书、想要跟人分享书的同事，畅谈艺术的文化人和午后聊天小憩的上班族。同事们不时跟我介绍各种书籍的来源和相关的图书知识，并提醒我注意条码位置等细节。因为对书的喜爱，大家彼此间多了份亲近感。书店里感人的工作日志和详尽的培训笔记也让我受益匪浅，志同道合的快乐溢于言表。

我想，这大概就是我希望在琐碎的工作中寻找的闪光点。我喜欢笑，喜欢书，喜欢不同人给我的灵感，这次短暂的实习给了我以上所有的欢喜。这次实习让我真切感受到一种确定——有一天，我也会拥有一个特别的空间，吸引志同道合的人和我一起分享和传递快乐。



快乐回访：

彭华哲

年龄：22岁

目前职业：美术馆展览策划

快乐实习生岗位：时尚廊书店店员

实习时长：10天

对于自己的现状，你希望维持还是改变？为什么？

我刚辞掉银行稳定的工作，跳槽到一家私人美术馆，自认为自己挺不靠谱的。虽然我无数次和周围的人说到哪儿工作都一样，都是辛苦的、无聊的，最好要找一个稳定的，即使跳槽，可以换公司但别换行业。但我自己的所做所为刚好相反。我想了很久，决定给自己5年左右的时间在“不稳定的状态”，现在同期准备的还有中央美院艺术管理专业的研究生考试，我不想年轻时就看到自己30年后的样子。



实习鉴定：

指导老师 小舒

在这里，你会有机会学习制作美味的咖啡、甜品，读到不多见的台版书和外版书，跟一群快乐的年轻人一起工作，相信你会在生活中发现更多乐趣。你甜蜜的笑容打动了身边的每一个人，继续大胆地做梦吧，相信你有能力实现它！

茶如人生， 需要风吹日晒、摸爬滚打！

实习生：陈昱

实习单位：雁南飞茶田度假村

实习地点：广东梅县雁洋镇

职务：茶田采茶学徒

实习时间：2009年9月21日—9月28日

大四忽然面临很多选择。一个月前，我从处处蕴含传统气息的古都西安来到国际大都会广州，为实习，为工作，又或许是为了放松一下紧绷的神经。感谢《城市画报》给我提供了这次去梅州雁南飞度假村实习的机会，让我可以体验采茶乐趣，品味茶中滋味，在实习中感受到工作的快乐。

在雁南飞采茶的时光很短暂，五天时间里，除了观赏雁南飞茶田度假村的美景外，其他即是粗浅地学习从采茶到品茶的整个茶艺流程。我们从中午11点开始到茶田采茶，一直到下午6点结束，连续7个小时不断地重复几个简单的动作：采摘，放入筐中，再采摘，再放入筐中。晚间，茶叶做青、摇青和晾晒交替进行三到四次，我们需要不断地将茶叶放入摇青机，然后转到簸箕里。第二天又是不断重复的揉捻和松包动作交替进行，直到茶叶定型为止，然后烘干再翻晒，最后包装，流水作业般简单地重复一样的动作。

采茶其实很容易，只是两三片子叶的汇集过程，茶叶加工也基本实现机械化，但是一个过不惯单调枯燥生活的人恐怕很难适应。就像我们在大学，每天起床上课、下课吃饭、回宿舍睡觉，简单而平稳的三点一线生活，逐渐会让人感到单调、无聊。和雁南飞度假村的员工们在一起时，我总喜欢问：“你们工作快乐吗？每天重复地来来回回，在这里站岗接待，一遍遍重复着导游词，有没有感到厌倦呢？”他们笑着说：“你看我们这里的风景，那么美丽，而且每天都在变化啊。”

而这一个看似简单的工作，其实有很复杂的工艺在其间。比如，采摘茶叶时不容马虎，叶片以半开面最好；叶面太细香气不够，叶面太开又太老了，以两叶一芯呈三叶状为宜；为什么要在正午艳阳高照时分采茶，是因为此时茶香最浓……雁南飞茶田度假村生产的主要是乌龙茶，而乌龙茶属于半发酵茶，加工过程更复杂。选择在晚间做青，是因为做青发酵过程是决定茶叶品质的关键，而空气温度和湿度决定了摇青和晾晒的时间长短及交替的次数。茶叶内含物转化后，最后一次摇青在经过2~3小时后才能杀青。整个过程非常严密，这是区别于其他茶叶的关键所在。加工工厂的关键技术由茶叶研究所实行，所长郭师傅从福建农林大学毕业，在大学里他喝了整整四年的茶才有了现在根据茶叶香气来鉴定茶叶品质的功夫。而这种高技术含量的功夫，是我这个实习生在短时间内难以学会的。





1



2



3



4



5

1. 忙忙碌碌采茶中。
 2. 层层茶田香飘万年，道道林荫绵延数里。
 3. 摊晾。
 4. 我在茶叶加工厂学习制茶技巧。
 5. 学习茶艺。
- (文·图 / 陈昱)