

## Story of Senpai's Experience

氏名 / Name	高山 理彩子 (Ms. Risako Takayama)
学部 / College	APS
参加プログラム / Program	Old Dominion University – Externship Studies Practicum (ESP) 3-month Program
参加時期 / Program period	2015年3月-5月 / March – May, 2015
エクスターンシップ先 / Externship Host Organization	Virginia Arts Festival (イベント企画・運営組織)

私がこのプログラムに参加したのは、英語開講科目のグループワークで国際学生との会話についていけないことがとても悔しく、「自分も輪に入って意見を言えるようになりたい」と思ったのがきっかけでした。また通常の留学と違い、英語学習に加え、エクスターンシップもプラスαで経験できるユニークなプログラム内容にも大きな魅力を感じました。

このプログラムを通して気が付いたのは、ただ機会を待つだけでは何も起こらない、自分から探し、動くことの重要性です。私はそれまで受身でしか行動していませんでしたが、「やってみたい、楽しそう」と思ったことを実際に行動に移すことで、自信に繋がり、自分がやってみたいと思う仕事との出会いや、自分の将来やキャリア形成にも繋がりました。

長いようで短い5ヶ月間でしたが、自分自身と向かい合いことができ、参加して本当に良かったと思っています。皆さんも、是非、今のこの時間を、自分自身の将来のために最大限活用してください。

I decided to join the ESP program because I was frustrated with myself when I found myself unable to join discussions with international students in one of the courses held in English. I was determined to improve myself in order to participate in discussions one day. The program's unique structure, which consists of English language studies and an externship component, was very attractive.

I learned the importance of taking action rather than just waiting for something to happen. I used to be a passive person but I am glad that I forced myself into action since I have gained greater confidence and also found a clearer vision of my future career.

5 months passed so quickly, however, I am more than satisfied with my decision to join the ESP program which provided opportunities for self-reflection. I encourage junior students to make the most of the available time now for your future goal.