

# 在美國打工,應得福利和賠償

很多華人朋友在美國都是多一事不如少一事,雇主少付薪水也忍,受傷看看醫生也忍,受到歧視,不公平對待也忍。可殊不知因此而失去了很多應得的福利和賠償。

## 在美求職要如何保護好自己的權益?

聘用及離職許多聯邦和州法律規範用工原則最基本的有禁止性別、年齡、種族、膚色、婚姻狀況、國籍、宗教或身體殘疾方面的歧視。這些反歧視法律適用於勞資關係的幾乎所有方面,包括招聘、薪酬、陞職、工作分配和工作條件。但是除了以上原因,除非僱主與員工有書面的合同限制,否則一般而言,僱主與員工的主雇關係可以隨時由任何一方終止。

工資、工時和工作條件聯邦政府針對幾乎所有從事州際貿易的公司僱員,通過美國勞工部工資與工時局,推行最低工資和超時工作的法律法規並確立了其他方面的工作條件。這些規定值得注意的豁免人員包括高層管理、管理人員、專業人員和外僱傭金銷售人員。這些豁免人員歸屬高度技術法規範範疇,在最終確定僱員的豁免狀態前應諮詢法律顧問。

加州通過工業關係部的勞工標準執行局,執行管控工資支付、最低工資、工時和超時工

作、用工條件、同工同酬,以及強制遵守工傷賠償法的法律。勞工標準執行局的工業福利委員會有權排除有害的工作條件,保障加州工人的福利。委員會出具特別命令,制訂通用和特定行業的最低工資、用工時數和超時,以及工作條件的標準。

加州和聯邦政府都從民事和刑事案件角度制訂了工作場所安全的規定。加州對於某個事件拒絕採取行動的情況下,聯邦政府可能會主張管轄權。

工傷賠償加州法律要求幾乎所有僱主都必須為其僱員辦理工傷保險,如不遵守即會受到處罰。工傷賠償的法律規定僱主必須對任何與工作有關的事故負責,無論僱員是否有疏忽。工傷保險為受傷僱員提供



福利計劃,如僱員死亡,則提供給其繼承人。僱主不可以因為僱員申請工傷而解僱僱員。

通知僱主必須將一些關於僱員權利的通知張貼在顯眼的位置。部分最常見的必要通知以及可獲取這些通知的機構如下:工業福利委員會令(加州工業關係部勞動標準執行局);聯邦最低工資標準通知(美國勞工部工資與工時局);標題為“工作安全和健康保障”的通知(加州工業關係部,職業安全健康局);關於公平就業

和住房法案的通知(加州公平就業和住房委員會);聯邦公民權利通知(美國平等機會委員會);發薪日及發薪時間和地點的通知(工業關係部);以及工傷賠償通知(應向您的工傷賠償保險承

辦公司索取)。如果您在工作中事故受傷,或者由於您的工作造成或加劇

- 以下狀況:
- \* 高血壓,心臟病,心血管系統疾病
  - \* 呼吸系統疾病
  - \* 腸胃疾病
  - \* 骨折
  - \* 腕管綜合症,手指抓力降低
  - \* 燙傷,燒傷,疤痕
  - \* 頸椎疼痛,腰椎疼痛,後背疼痛
  - \* 膝蓋疼痛,肩膀疼痛
  - \* 頭痛
  - \* 工作壓力,精神問題

## 那么您有可能獲得以下福利:

- 1、臨時性傷殘補助,每周可高達\$1066.72
- 2、永久性傷殘賠償
- 3、職業培訓
- 4、百分之百的治療費用
- 5、看醫生的交通補助

不獲賠償,無需付費。律師費僅是賠償金額的百分之十五。

蓄意欺詐工傷保險是犯重刑罪,最高罰款五萬或入獄五年,或同時執行。

遠離了中國之後的華人過着怎樣的生活呢?有這樣一群人,他們生活得不到保障,內心問題重重卻不對外傾訴,他們是移民者,他們無法找到自己的生活方向……移民華人往往有着這樣的共同點:怕被歧視,不敢求助。

## 移民華人難逃心理禁錮

一些人對移民後的生活期望值過高,發現現實與理想差距太大不能接受,就會產生心理問題,患上抑鬱症。提到抑鬱症,大多數人也許覺得離自己很遙遠。但實際上,抑鬱症是全球因疾病而縮短壽命的第四大主要原因。在移民群體中,由於生活壓力、經濟壓力、環境改變、家庭問題等誘因而引發抑鬱症等精神疾病的現象也時有發生,甚至釀成家庭和社會悲劇。但在正規精神治療和獲得專業治療方面,移民群體卻因為文化習俗和語言問題,面臨重重困難。正視抑鬱症,尋求合理專業的解決途徑,需要得到每一個人的重視,也需要相關服務和醫療機構之間的更多合作。

情緒健康和精神疾病問題,不僅僅存在于新移民中。移民來到新的環境之後,由於生活發生變化而導致情緒低落,是可以理解的,不過,只要通過當事人的努力,逐漸改善和適應生活,一般移民都可以熬過轉折期。現代人的生活形態發生改變,網絡的流行、生活環境的改變,使得許多人待在家里的時間比過去長,缺少正常的社交活動,容易產生極端想法。生活環境的改變、人生的轉折點,都是人們需要注意自己心理精神健康的時候。例如升學、移民、失業、換工作、孩子出生、子女獨立離家後的空巢期、退休等等。

抑鬱症的低齡化,在移民群體中也有所體現。過去人們往往認為,學生在經歷中學升大學的時候容易出現情緒問題,但是現在這一情況愈加低齡化。家長需要從小訓練孩子的心理素質。如果從小遇到什麼問題,

# 移民華人難逃心理禁錮 精神健康堪憂

都會引起家人的過度關注和保護,孩子容易放大對自己體驗的敏感度,不懂得控制情緒。這樣的孩子在長大後,在壓力面前更容易失控。

## 工作許可成爲壓力源

美國的移民是一個複雜、漫長而又頭痛的过程,人在美國扎下根來並不容易,有時候也沒有必要,因為現在在中國國內,出國旅遊、訪學、商務也越來越容易。如果選擇移民,除結婚和投資的渠道外,大部分中國留學生未來面臨的是職業移民。

這方面大部分人的過程相差無幾:先讀書,然後找工作,根據工作,一層層辦工作許可,每一次都是一場小小的戰鬥。要是讀博士,起碼要四五年時間。然後利用一年到一年半(因專業而異)的“職業實習期”(OPT),此間可合法找工作。

OPT是比較臨時的工作身份,找到合適的工作後,得儘快轉成工作簽證。工作簽證需要僱主幫你申請,僱主不肯,你只好再去找肯幫你辦的僱主。工作簽證三年一延,最多七年。這期間,大家努力去辦理綠卡。綠卡辦理分幾個優先順序,杰出人才辦得很快,這要看你的學位(多爲博士學位),學術成果等。余下類別多有根據國別的簽證配額排期(相當於“入戶指標”),排到了才可辦理。這排期三五年是常事。排期中,不可輕易改變工作,這讓很多人只好接受不滿意的工作,這中間離開美國再回來,還要花錢申請 Advance parole, “Parole”也是犯人假釋的意思,真是“移民監”了。

幾番折騰下來,到最終不再受“身份”限制,搞不好就八九年甚至十幾年過去了。好多人當年的夢想,早已灰飛煙滅,只好把興趣放到孩子和房子上。自我的喪失,對一個人來說是很淒涼的事。坦白地說,很多第一代移民的人生基本上就這樣荒廢了。能自我安慰的一點,是給孩子提供了一個好的環境,讓他們不需要這樣再來折騰。

# 華人留學生面對文化差異

在中國,家長會給孩子灌輸一些固有思想,甚至於被灌了無數遍,明明毫無道理,但竟無言以對。但是,在美國,這些話根本不可能存在。

社會就是這樣,你不可能改變,只能適應。事實上,這句話只是代表大多數人習慣爲自己能力不足又軟弱龜縮的性格找託詞。如果社會不能改變,每個人只能自適,那何來清教徒鄧五月花號西航,何來富蘭克林起草《獨立宣言》,何來喬布斯推陳出新用 iPhone 改變一代人的習慣……

所以聽到這話首先你要關掉耳朵,然後打開自己學校官網的首頁上,找一找學校的“mission statement”,看看里面是不是寫着:我們要培養能夠改變社會的棟樑,培養未來的領袖。對,無論你是學金融、生物,還是歷史,甚至葡萄酒釀造工藝,或是插花藝術,學有所成,去改變社會,這才是你來美國留學的意義。

## 再過幾年你就不會這樣想了

小時候喜歡美少女戰士,長大了喜歡維密女神,可是小時候喜歡高遠,現在不僅依然喜歡,還踏上了機械工程這條“不歸路”。一個想法的持續度,和時間沒有關係,只想想法本身有關。

小時候的一個夢想,現在可能已經變成了遺憾。從這一點上來說,美國人比中國人踏實太多,也幸福太多。留學到美國學校,會發現到處都是鼓勵你有自己的想法,實施自己想法的人。你想畫畫彈吉他,想做公益做投資,想悶頭學術,或者想一輩子單身,周圍的人都會寬容你,鼓勵你,沒有人想用時間磨平你的初心,這時候你也就會不再屈服於這句話了。

中國和美國是兩個文化不同的國家,因此,對於孩子從小到大的教育培養也存在着差異。於是,在孩子的意識中,會形成一些固有的思維模式,於是,一旦一個國家的孩子到另一個國家生活學習,總會碰到文化差異和教育方式帶來的問題。尤其是對於中國留學生來說,留學之前的一些固有思維方式會在留學之後被顛覆,而這時,最需要的是瞭解、適應、改變!

## 這個沒錢途

無法否認中國人民對財富的極度渴望可能是推動這個國家成爲世界第一大經濟體的最大動力,在這個社會保障不足的世界賺錢才是正道,無數父母親戚朋友會告訴你,我們不指望你賺大錢,只要你踏踏實實平平安安就好,但是這句話的潛台詞是不要你賺大錢不等於賺小錢,而且必須朝九晚五得賺錢,才能讓我們

感到踏踏實實平平安安,然後在踏實和平安中,犧牲掉所有個人的愛好、樂趣和理想。

所有來到美國的人都是爲了追求“美國夢”,美國夢就是爲讓所有人能追求自己所熱愛的事業而提供一片柔軟而安全的土地。到美國留學後,你發現什麼都可以申請獎學金,向相關的學會、基金會申請資金,甚至可以自己向陌生人籌集錢款,只要你有目標,錢途永遠都在。

## 你千萬要(不要)找一個中國/外國對象

在找對象這件事上儘管家長們意見不一,但有一點還是很統一的,就是一定要干涉,孩子找對象,那就是我們自己的事。可是你見過你身邊的美國同學被相親,被逼婚的嗎?

茫茫人海中找到那個 Ta 已經如此簡單,竟然還要縮小國籍產地範圍,那不是逼上梁山嗎?同學你到美國時,簽證機票上百斤的行李自己搞定,磚頭厚的學術論文優秀完成,高薪的華爾街工作分鐘拿下,比小時候的班長優秀,比隔壁王叔叔的兒子有出息,而此時你卻連自己的終身大事都把握不了,你經歷千辛萬苦成長得那麼獨立自主還有什么意思呢。你學貫人文社科,瞭解愛情婚姻家庭繼承社會倫理的意義,學位拿到後發現只能紙上談兵,你不想找學校退學費么?

## 如果人生只能任性一次,就留給這一次吧。

## 不要抱怨,沒用,還會被別人嫌棄

抱怨作業太多來不及做,在家說可能你立馬就和拖鞋底相見了。但在美國不同,正確的做法是向老師提出重新安排作業提交的時間,避免 due day 堆積影響正常的休息和課外活動。

誰說抱怨沒有用,抱怨分成對自己、對朋友、和對社會。跟自己嘀咕,向朋友吐槽,說多了確實讓人嫌棄,除了發泄情緒一點用都沒有。但是向社會發出自己不滿的聲音,卻是有意義的。我們看到廢除種族隔離,是因爲黑人對坐公交要給白人讓座的抱怨,加州大學停漲學費,是因爲學生們上街抱怨,而這些向社會抱怨的人,卻贏得了尊敬。

在美國這個社會里,不怕別的,就怕你不發出自己的聲音,就怕你不會抱怨。

到美國留學,要適應的除了生活、語言,更重要的是思想意識。學會挑戰這些傳統觀念,不然你永遠只是美國人眼中那個默默無聞,勤奮孤立的 Asian,永遠在美國過着中式的生活。以後再有人用這些話“教導”你,你不僅可以這樣回答,更可以用實際行動證明,在美國,就得這麼任性。

# 留學生美國組建“惡勢力”?

媒體報道,在美國密西根州立大學有一幫中國留學生稱自己爲“城管幫”,這把類似中國城管的標識貼在汽車上。但這不是就構成幫派呢?密西根州英厄姆縣(Ingham County)助理檢察官金伯莉·赫斯(Kimberly Hesse)認爲答案是肯定的。而且,據報道稱,此幫派成員於春節前參與群毆打人事件。

密西根州立大學學費每年4萬多美元;目前有4千多來自中國的留學生,佔國際學生的60%以上。從這組數據我們不難看出:第一,密西根州里大學是國人眼中的貴族大學;第二,能去那所大學就讀的中國學生,如果不是富二代、官二代,必定是能拿到全額獎學金的頂級尖子生。

一群留美中國學生,自發的拉幫結派組建“城管幫”,一方面涉嫌違法組建幫派社團;另一方面參與毆打事件,致人受傷。作爲世界頭號大國的美國,竟然發生“留學生組建社團”,毆打“自己人”的醜聞。如此新聞事件絕對會引爆全球網民的眼球。

那么,留美中國學生爲何會以“城管”之名命名了他們的幫會?

第一,城管是中國特有的執法隊伍。常常在執法的過程中捲入公眾衝突,且在衝突之中容易扮演“惡勢力”。毆打商販、暴打老人,類似于這些負面報道的層層不窮,無疑是“中國城管”形象的一種真實寫照;

第二,近些年來,關於中國城管的負面報道要遠遠大於正面報道。“城管”在很多公眾的意識里,意味着:霸道、目無王法、想打誰就打誰的

代名詞。換而言之,在美留學生之所以成立“城管幫”,就是對外界宣揚一種“惡勢力”的猖狂存在。

其實,換另一個角度來說,“城管幫”在美的形成與發展,不僅讓整個世界誤解了中國青年群體的素質與修養,更是進一步模糊了中國城管的形象。但從側面來講,中國城管所存在的諸多問題,何時才能解決,才不會被外界所詬病?這才是中國政府必須即可解決的問題。

以此延伸閱讀,中國留學生在美國一般會出哪些問題呢?

第一,貼着“富二代、官二代”的留學生,一般會在美國發生車禍、酒駕等問題;第二,很多普通的留學生,則很難適應當地文化,常常出現違規“飲酒、吸煙、剽竊”等問題。

恰是因爲這些問題的存在,前一陣子才會引發“美國大學開除留學生”的事件。而從這些事件中,我們也不難看出,在美留學生,一方面個人家境殷實,但修養不高,家庭教育沒能在其成長的過程中起到一定的作用;另一方面中國留學生到美國就讀以後,與學校教育規定的各方面都不適應:1,這說明中國中美教育差異巨大;2,暴露了國內教育的低能與落後。

其實,恰是因爲國內教育的落後,家庭教育的無法與時俱進,學生自我修養層次的低下,才導致一些“富有”的“留學生”,到達“自由”的美國之後,突然放縱了,無拘無束了。而他們認爲,美國的法律與中國的法律一樣,凡是犯法的事情,都可用金錢解決。





**ZAK FUNERAL HOME**  
OVER 125 YEARS SERVING ALL FAITHS



- + 成立于 1890 年
- + 家族所有並運作
- + 私家和安全的停車位
- + 提供各種宗教信的殯葬服務
- + 合理的價格
- + 新近裝修的儀式大廳

**身在社區 服務鄰里 無上榮幸**

提供傳統服務,並可按亞裔風俗習慣提供特別殯葬服務 (備有翻譯)

**我們保證克城地區同類服務最低價格**

**各種棺木骨灰盒 10% off**

Zachary A. Zak - 執證殯葬服務專家  
6016 St. Clair Ave. Cleveland, Ohio 44103  
電話 (216) 361-3112 傳真 (216) 361-2540  
網頁 www.Zakfuneralhome.com