

学到“干货”,迈出实习第一步

本版撰稿 谢佩雯 (上海建桥学院)

还有一个多月就要进入暑假了,许多在校大学生也在积极寻找实习机会。据数据统计,90%高年级学生在暑期选择实习来“消暑”。

大学期间实习对于大学生来说百益而无害,还能为自己的简历添上浓墨重彩的一笔。但是,只有真正明白实习的目的,避免误入实习误区,才能获得实习带给你宝贵的财富。



误解一： 实习就是“廉价劳动力”

常听见实习生在面试的时候问HR“你们公司实习工资多少?”,好像他们看重的不是实习机会,而是薪资。这也并没有错,毕竟现在生活消费水平很高,实习生到手工资本来就不多,甚至有时候还得倒贴。

“要把实习和兼职分开,把挣钱和积累经验分开。”大学生职业规划专家说,“实习是为了体验职业社会,获得工作和社会经验。如果有必要,无薪实习甚至是付费实习都是可以接受的。”

学生可以把一些低薪酬的基层工作岗位当做是练手,先拿到“泥饭碗”再找“金饭碗”,骑着马找马也不失为一个精明的做法。但是专家提醒大学生要注意“时间成本”,如果实习付出的精力高于收获的经验,那也是得不偿失的。

误解二： 实习经验越多越好

“工作经验”是个人简历中最重要的内容之一,这个大家都知道。别“天真地”以为工作经验越多成功率就越高。不少大学生为了

积累经验,三天打鱼两天晒网,不断更换实习工作。

对于频繁跳槽的员工,用人单位会对你的稳定性产生怀疑。实习经历不应该一味追求“量”,而是要保证“质”,从实习经历中学到“干货”。

实习经历在于精而不在于多,不需要把自己曾经去过的所有的经历都写出来,聪明的做法应该是针对你所申请的不同职位,撰写与之相关的工作经验。

误解三： 进入名企才算实习

进入不同的企业,会学到不一样的经验。大公司会让你很规范,更能了解到成熟的管理模式;小公司会让你知道遇到的具体困难的解决方法。

不管进入大公司还是小公司,实习生都要从最基层做起。基层工作接触面比较广泛,这也是一种财富,可以从中汲取很多的营养。这仍然是一个学习的过程,从基础简单的重复工作,再到相对复杂的工作,是一个慢慢积累的过程。

基本上,公司并不指望实习生创造很多价值,更多的时候,从点点滴滴的细节中看出他们的态度和潜力。

擦亮眼睛慎选 谨防实习诈骗

职场新手： 学会融入企业文化

有想法大概是绝大多数实习生共同的特点,而如果你在实习期间经常迸发出一些有价值的想法并且敢于表达出来,一定会受到公司的欢迎。

很多实习生进入公司之后,会被公司的氛围和同事的气场吓得一句话都不敢说,生怕暴露自己的无知。其实,很多职场人士是很期待年轻人多表达多发言的。默默无闻地坐在角落里,做完表格,印完文件又默默地回学校,如果只是这样的话,沟通能力、组织能力又怎么提高呢?

即使是性格内向、慢热型的实习生,也要经常出现在集体活动中,多露露脸。你可以与自己喜欢和熟悉的实习生在一起,这样不至于感到孤单,而且能够更好地带动情绪,慢慢地融入。

大学生毕业到了新单位难免会满腔激情,急于得到同事的认可,但往往容易将事情看得简单而理想化。以为将能力体现在工作上就没事了,年轻大学生有激情是好的,露点锋芒也无妨,但不能眼高手低。初来乍到的大学生从“学徒”干起是正常的,多干点杂活也没关系,最好是做一个有眼力的人,比如,看到同事们忙碌的时候,你自告奋勇帮忙订个餐。与同事打成一片,才能让大家更快地认识你,并在很多时候能想起你。在单位里,努力工作,适当表现自己,就能赢得人缘。

同济大学毕业生就业指导中心主任徐迅特别强调,学生要把实习当成自己的第一份工作,要把自己当成企业的一名正式员工来要求,想想自己如何为企业带来更好的声誉和效益,甚至在于一些细节上,比如着装、打卡等,都要按照企业的规章制度来。

在竞争激烈的今天,每个单位都不是随便招人进来实习的,因此每个大学生得到的实习机会都是很难得的,应当珍惜。实习生要把自己当作企业的新员工,用企业的要求和职业人的标准严格要求自己。作为实习单位,也希望实习生能真正给单位帮上忙。

备出1分钟至3分钟的自我介绍内容,一般面试都是会需要这些内容。

事先收集招聘单位的资料,大多数面试官都会问“你对我们公司了解吗?”如果对自己要面试的单位一无所知,不单单是表现出你对于这场面试的不重视,也是表现出了你对这个公司的不重视。

除了要对应聘公司有所了解,还要事先踩点,防止当天面试迷路导致迟到。面试当天,提前十分钟到达面试地点,观察四周的环境,调整自己的心态,保持良好的平和的心态很重要。

警惕实习陷阱

不法分子往往会利用大学生迫切希望找到实习的心理,钻了空子。所以,要从信息的来源上来判断信息的真实性。通常来讲,一般的社会招聘机构、网络等,往往无审核保证,这就需要进行较多的分析和辨识。熟人、师长、亲朋好友介绍的机会,通常来讲应该是可信度较高的,但也要有一定的辨析。

通过多种渠道,交叉比较分析实习招聘单位的背景、实习岗位的需求、薪资待遇等,对于确保信息的真实性都是必要的。

■ 陷阱一:随意贴在学校广告栏的广告或那些街边小广告不可信,以所谓丰厚的待遇条件为诱饵招聘,骗学生交纳一定的报名费后立即携款逃之夭夭,人去楼空。

■ 陷阱二:一些中介部门在醒目地点张贴相当诱人的招聘启事吸引应聘人员上门,在收取一定的服务费后称招聘的职位已满,并承诺尽快联系另外合适的单位,让应聘者留下联系方式,但根本不兑现承诺,而是寻找各种借口敷衍。

■ 陷阱三:不法分子通过互联网在招工网站、论坛上,或者通过手机短信,发布虚假招工信息,诱骗求职者前来应聘,通过电话联系、汇款等方式诈骗应聘者钱财。



选择实习岗位是对未来选择的职业的“试水”,实习单位的好坏,直接影响到我们今后的职业生涯。因此,什么样的实习单位适合自己?这是每个大学生必须去思考的问题。

要有明确目标

在校大学生一定要明确自己的目标,把实习当做一种锻炼。因此,在选择实习单位时就结合自身特长和兴趣爱好,明白自己将来想要干什么,才能懂得自己的职业该如何去规划。

比如说,将来毕业想做记者,那就选择一些媒体单位去实习;将来想进IT行业,那就到IT行业中去实习;想当公务员,就到政府里去实习;想当老师,就到教育机构

去实习等等。这些实习机会都会给自己将来职业发展带来很大帮助。在目标的指引下沿着自己既定的职业发展之路坚定地走下去,一定会成功。

如果自己的专业并不是自己未来从事的职业,也可以在实习的时候,选择自己喜欢和擅长的岗位,向资历深的前辈讨教经验。等到时机成熟,就可以“转型”到自己喜欢的职业上发展了。

闯过“面试关”

接到应聘公司的面试通知,先不要高兴得太早。根据职位要求,大胆猜测面试会遇到的问题,把自己想好的答案演练一遍。再根据自己的相关情况,罗列一些重要的可以表现出自己能力的事情。最好提前准