

<<大学生实习实用手册>>

图书基本信息

书名：<<大学生实习实用手册>>

13位ISBN编号：9787040331400

10位ISBN编号：7040331403

出版时间：2011-6

出版时间：高等教育出版社

作者：张辉，王智丽 著

页数：95

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<大学生实习实用手册>>

### 内容概要

《大学生实习实用手册》以大学生了解实习、进入实习及完成实习的时间顺序为线索，根据学校及大学生需求选取最实用的实习常识。

手册包括实习概述、实习的规划与前期准备、实习机会的获取、实习过程中需要注意的事项、实习结束后期的总结以及跟进、实习那些事儿六个部分.有助于大学生顺和完成实习，为成功求职打下良好的基础，同时也便于实习督导教师更好地为学生提供有效的指导。

本手册适用于即将毕业或正为求职做准备的大学生阅读使用，也可供实习指导教师参考。

## &lt;&lt;大学生实习实用手册&gt;&gt;

## 书籍目录

- 一、实习概述
- 1.国家对大学生实习是怎样规定的？
- 2.如何界定大学生实习？
- 3.参加实习有什么益处？
- 4.如何处理实习与学业的关系？
- 5.大学生实习什么时间开始最合适？
- 6.在实习的过程中最应该看重什么？
- 7.在选择实习单位的时候，应该考虑哪些因素？
- 二、实习的规划与前期准备
- 8.参加实习需要规划吗？
- 9.实习前，如何了解自我？
- 10.实习前，如何去认识和了解自己所学的专业？
- 11.如何进行职业探索？
- 12.大学生实习前常见的心理状态有哪些？
- 13.实习前该如何做好心理准备？
- 三、实习机会的获取
- 14.到哪里寻找实习机会？
- 15.可以使用哪些常用的、有效的求职信息资源
- 16.如何甄别与选择实习信息？
- 17.什么是“好”的实习单位？
- 18.找实习单位的时候都要靠关系搭人情吗？
- 19.如何创造实习机会？
- 20.如何撰写实习求职信？
- 21.如何撰写实习简历？
- 22.如何准备实习面试？
- 23.面试通常有哪些类型？
- 24.面试有哪些技巧？
- 四、实习过程中需要注意的事项
- 25.实习中如何了解实习环境？
- 26.实习中如何做好体能方面的适应？
- 27.实习过程中如何克服理想化心态？
- 28.实习中遇到心理困惑如何解决？
- 29.实习对着装有要求吗？
- 30.实习期间该注意哪些生活和工作细节？
- 31.实习时，怎么称呼和自己年龄差不多的同事？
- 32.实习生什么时候应该把自己看成是单位的主人？
- 什么时候又应该把自己置身事外？
- 33.实习中应具备什么样的职业素养？
- 34.实习中要注意培养哪些职业意识？
- 35.实习中人际关系真的有那么重要吗？
- 36.对于实习中处理好人际关系有何建议？
- 37.处理好人际关系对各类人群都是一样的原则吗？
- 38.如何处理好与领导的关系？
- 39.如何处理好与同事的关系？
- 40.如何处理好与客户的关系？
- 41.什么是职业素质？
- 实习中应具备哪些职业素质？
- 42.实习中应具备什么样的工作态度？
- 43.如何提高基础技能？
- 44.如何提高特定技能？

## <<大学生实习实用手册>>

45.如何提高通用技能？

46.决定实习效果好坏的主要因素有哪些？

47.维护实习权益有哪些法律法规依据？

48.实习期间必须签订劳动合同吗？

49.实习期间有实习工资吗？

50.实习期间如何处理伤害事故？

51.在法律上关于实习的争议主要是什么？

52.对保障实习权益有哪些建议？

五、实习结束后期的总结以及跟进53.什么是实习总结？

54.如何撰写个人总结？

55.如何撰写实习报告？

56.实习对于将来的求职有何重要作用？

57.实习结束后如何争取留任？

58.实习结束后如何与实习单位继续保持联络？

59.实习结束后应如何适时调整自己的发展目标？

60.实习结束后如何解决求职问题？

六、实习那些事儿1.实习周记2.一场“文化之旅”3.暑期实习二三事4.沟通孕育无限可能5.从学生到酒店前台6.实习拾遗7.实习让我迈出创业第一步8.蜕变9.纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行

章节摘录

(1) 进一步了解面试的单位和职位。

面试过程中,考官常常会问到单位的相关信息,很多问题的设定也是与单位和职位的需要密切相关。在用人单位看来,如果你对所要应聘的单位和职位一无所知,会认为应聘者并没有多少诚意。如果能够更多地了解单位和职位,就有助于找到自己和这个单位的结合点,更能够切中考官的心理和需要。

(2) 准备一些常见问题。

大学生可以在面试前对面试的过程进行演练,请你的同学扮演考官做一次模拟面试,既可以帮助你提前进入面试过程,也可以从同学那里得到反馈。

通常来讲,自我介绍是面试开始的第一个问题,一个好的自我介绍可以给考官留下深刻的印象。

还有一些常见问题,可以适当准备一下,比如“你为什么想来我们单位实习?”

”,“你为什么适合这个实习岗位?”

”。

需要提醒大学生注意的是,在问题准备上要适度,过度准备一是会让你的回答明显带有“准备”的痕迹,从而使用人单位容易认为你表现出来的并不是你的真实能力和水平,还有一旦碰到你没有准备到的问题,容易产生慌乱,乱了阵脚。

(3) 做好心理、心态的准备。

要对自己充满信心。

一个人如果对自己胜任某个岗位都没有信心,那就更不要指望考官会对你有信心了。

做好面试前的准备,包括对用人单位、岗位的了解,进行面试前的演练,对自己和实习岗位的匹配性进行分析,都有助于你增强信心。

……

<<大学生实习实用手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>