第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, tushu007.com

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。

第一图书网, tushu007.com

<<大学生实习实用手册>>

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？

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，也可以适当准备一下，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。
……

第一图书网, tushu007.com

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