

《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

出版社：高等教育出版社

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.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。有助于大学生顺利完成实习，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。

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。……

《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:www.tushu111.com