

实习岗位上，你是“跑跑族”还是“强攻派”？



近日，一档真人秀《实习也疯狂》在网络热播，节目以明星带实习生的形式播出，实习生在完全不知情的情况下置身于节目所营造的风云突变之中，展现自己真实的一面。而现实职场的实习生可没录节目这么轻松，寒假将至，大批在校实习生来袭，有的人适应得快，让很多职场“老人”看到了闪光点，成为新晋“强攻派”；而有的人却难以融入，天天在吐槽“成长的烦恼”，甚至成为“跑跑族”。新丁们的结局是“强攻”还是“跑跑”，还得看你自己努力。

“跑跑族”的“吐槽”——

罗林是广播电视新闻学专业的大学四年生，她说，大二时自己曾托关系进电视台实习，但刚进去时很尴尬，“跟之前想的完全不一样，以为能跟着出去采访做活动，结果根本没人管我，没学到什么东西。”后来实践经历稍多，罗林也懂得了主动学习，自己找了一家单位实习。单位不包食宿，离学校将近两小时车程，又要求准时到班。“看了一下周围的房子都很贵，算下来比上学学费还要多出一半，虽然没打算实习赚钱，但是倒贴太多的话还是不能接受。”

罗林说，实习是大学生步入社会的第一步，有很多东西要学习。“但我们有很多的不适应，很多单位企业给实习生的条件太苛刻，而且到最后又不能留下来工作，短短的一段实习期给我们的东西太少。”现在的罗林已经开始找工作了，她说临近毕业还把大把时间花在实习上会有些得不偿失。

“强攻派”的“上位”——

从大二就开始实习的彭帷学的是旅游管理专业，第一份实习是在咸宁的九宫山做导游。一开始，对于不懂的专业知识，他也羞于启齿去问前辈们。“很多细小的知识不懂，又不敢问，怕老师们会烦。现在觉得前辈们都挺好的，带着我们上道，只是零经验的我们内心深处很胆怯而已。”彭帷只有为自己打气，沉下心来学习，渐渐了解了导游的工作状态，也学会了怎样处理同事间的关系，以及收敛自己的脾气来更好地应对四面八方的游客。

最近，彭帷刚结束在武汉欢乐谷的实习工作。“忙的那段时间刚好是夏天最热的时候，虽然很辛苦，但是学到了不少东西。”在欢乐谷实习时，他做的其实是跟专业不对口的销售方面的工作，而他又对销售一窍不通，所以刚开始很担心不能胜任，“但我通过前辈的带领和自己的努力不仅很好地完成了工作，还锻炼了口才和整理能力，学到了不少能与专业相通的知识。” (无尘)

TIPS:

职场新丁“强攻”有道

1.要有“眼力见儿”

成为一个有眼力见儿的人很重要。这并非只是端茶送水，而是发现同事们的兴趣爱好，平时可以在正确时间“插一嘴”，当同事忙碌时，通过观察知道这个时候做哪些事情可以帮他们分担。

2.要敢于表达

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不敢说，生怕暴露自己的无知。但如果你做完表格、印完文件又默默回到学校，谁会记住你呢？

3.要踏实诚恳

有的实习生找单位一上来就问“实习期有没有薪资、未来有没有可能留下来”，或者在工作中挑肥拣瘦，这点很容易让人反感。初涉职场需要沉心静气，把简单、琐碎的事务做好。

4.要积极主动

公司不是学校，没有人会主动把知识塞给你，但在公司里确实可以比学校学到更多，关键在于实习生自己愿不愿意去学。一定要主动找活干、主动去思考、主动提问。(周洋)

征婚

▲某男，40岁，离异，铁路部门工作，带有一个6岁男孩儿，市内商品房一套，无不良嗜好，欲觅年龄相仿，身高150厘米以上，贤惠能吃苦，体贴顾家的女子为伴，有稳定工作者优先(非诚勿扰)，联系电话:6260791。

售房

▲现有五星路滨河防疫站家属院2楼，原豪华装修，两室一厅，88.9平方米，楼下还有7平方米的储藏室一间，现对外出售，价格面议。联系电话:13939761278。

▲本人有107国道中级法院附近住房两套，115平方米三房、90平方米两房。大产权，全新现房，无需过户，即买即可装修入住，现低价出售。另有楚王城电梯房出售。联系电话:13837649009。

▲兹有羊山新区新六大街欧洲印象第19层房屋销售，面积:110平方米，4室2厅2卫，联系人:余女士，联系电话:15537651881。

转让

▲羊山新区市委市政府东侧府前路上150平方米两层门面转租。电话:13419984277。

▲楚王城大转盘菜场内有一足疗店转让，客源稳定，接手即可营业。电话:13937631078

招聘

▲家庭食堂急转，生意稳定，环境好。联系人:潘先生 电话:13837610789
 ▲翰皇擦鞋店转让，市中心有一营业中擦鞋店一间二层，因本人另有发展，现转让。电话:6782518

招聘

▲意大利宝橱柜业务员招聘，基本工资:1200元~1600元；提成比例:3%~5%。电话:6516399 手机:13419994326

▲招聘摩托车维修师傅一名，工作地点信阳市工区路，待遇面议。联系人:徐女士 电话:15037616528

▲糖果娃娃儿童摄影店招聘:门市接待、引导师、摄影师、设计师、摄影助理、化妆师，待遇面议！电话:15037683177 苗苗

▲业务经理:业务能力强，能够开辟新客户，拓宽业务渠道，年龄不限，月薪3000元以上，有意者请与我联系，裕禄资产托管有限公司。

地址:信阳市羊山新区羊山大道与府前路交叉阳光华府正门西侧，沿街门面第三层 电话:18039323799

▲全国家电连锁大商电器信阳新玛特店和千盛百货店因发展需要，现需招聘门店区长、卖区长助理、客服主管、客服员、营业员，有家电工作经验者优先，公司缴纳五险，待遇面议。

联系电话:13333978588 联系人:宋女士

▲本公司招聘客户经理、主管干部、讲师各10名，底薪2200元，月收入过万元。

联系电话:13723116908

▲位于信阳河北岸钓鱼台纯手工西班牙别墅区——【香江帝景】，属于信阳地产高端项目标杆，精品园区，为了匹配园区及楼盘整体形象，公司大胆创新，现面向社会高薪诚聘女性精英来担当礼仪岗秩序员及监控员。

要求:女性，高中及以上学历，18岁~30岁，身高163厘米~168厘米，品貌端正、形象气质佳，为人正直、诚信、责任心强，有较强的沟通协调能力和亲和力，吃苦耐劳，身体健康，退伍军人优先。待遇:底薪+绩效+全勤奖+福利

▲《邦德信阳总代理》主营麻将机、麻将扑克一体机，现诚聘业务员推销量数名，售后维修人员数名。详询电话:13643763888

▲强力公司招聘店员:女性，年龄20岁~40岁，形象较好，敬业爱岗，工资1200元~1500元。有意者请致电:6608189

▲车铣钻刨样精通，技师冯师傅诚招高徒。要求:热爱金工技术，能吃苦耐劳，待遇面议。

电话:13782900956

▲御井坊酒业信阳办事处诚招业务员营销人员，待遇丰厚。联系电话:18639001315(张先生)

▲信阳新世纪职业培训学校因业务发展需要诚聘心理咨询师、物流师、人力资源师、公共营养师、秘书、育婴师、有资格证教师、临时代课课时优先，常年在全国招生培训。

联系电话:3393000、3393001 网址:www.xyxsj.net

招商

▲香江帝景4000余平方米高端会所，内设会议室、雪茄房、红酒会馆、咖啡吧、西餐厅、健身俱乐部、棋牌室、台球室、SPA休闲、高档特色餐饮旗舰店、诚邀社会各界有实力、有志者加盟！ 加盟热线:0376—6199902

信息

▲《邦德信阳总代理》主营麻将机、麻将扑克一体机，诚邀各区、县、乡经销商，有意者到店详询。

地址:茶韵路(西关桥头往西100米)

▲共青团信阳市委青少年心理健康咨询中心。12355青少年服务台搬迁至东方红大道新天地二期商务楼新玛特13楼1305室，常年招聘心理咨询师。

电话:6228828

出租

▲原装日韩二手钢琴新年期间认购批发价钢琴3000元起，另钢琴租赁、培训免费练琴等业务。

地址:白果树小区正对面 电话:18837622088

▲出租:位于四一路火车站沃尔玛万家灯火12#楼，3室2厅1厨1卫，120平方米，精装修办房，办公设备齐全，并有地下车库。13937642066

订2015年《信阳晚报》

送免费信息

电话:6203145

E-mail:xywbnews@126.com

(请注明免费信息)

本报仅提供交易平台，供需双方自行交易，诚信为本，风险自担。

▲二七北街三胡同单门独院，四间房，家具、家电一应俱全。

电话:13526099595

▲位于信阳师范学院正门对面，距河边80米，面积460平方米，三层的单门独院，交通便利，可用于办公、小型宾馆、家庭餐馆等，价格面议。

电话:13523990699

▲现有车站房管部门面3套，位于沃尔玛超市旁，其中2套1~3层各500平方米，1套五层2000平方米，价格面议。

联系电话:6228206 13033749778

▲民权路与申城大道交叉路口白果树附近，军分区干休所白果树家属院有三室两厅出租，在六楼，面积125m²，院内有单独储藏室，学区优越。

电话:13937685028