

# 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显得有些得不偿失。

## “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

▲现有五星路沁河区防疫站家属院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

▲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数名,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、有资格证的教师,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,精装修办公室,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