

第三章

实习申请书

学习目标

1. 了解写作实习申请书的重要意义。
2. 掌握实习申请书的一般结构与写法。
3. 能根据实际要求写作申请书,并注意适当的表述方法。

案例透析

最具争议的申请实习话题

① 去大公司还是去小公司? 大公司牌子响, 履历表上可添上辉煌的一笔, 方便今后求职。小公司人手少, 工作机会多, 可以充分锻炼自己的业务能力。

② 去自己专业对口的公司, 还是去时髦产业公司? 去专业对口的公司, 上手较快, 学以致用, 能发挥自己专长。去时髦产业, 就业趋势好, 有新鲜感又有挑战性。

③ 宽容的领导好, 还是严格的领导好? 宽容的领导好, 做事没压力, 不用束手束脚, 可充分发挥自己的能力, 上班时也有个好心情。严格的领导好, 在严格和压力下工作, 会培养做事严谨的态度和一丝不苟的作风, 收获会很大。

④ 当正式职工用好, 还是当临时工用好? 当成正式职工用, 工作中独当一面, 需要肩负更重要的责任和付出更多的汗水。当成临时工用, 重点是体验工作和学习技能, 可抽出较多时间做自己喜欢的事。

⑤ 选择国企还是选择外企? 国企的工作压力、竞争力相对较小, 工作较安逸。外企工作压力大, 竞争激烈, 但收入较高, 更具挑战性。



宜主动出击: 找实习岗位和找工作一样, 要讲究方法。公司一般不会对外公布实习机会, 可以主动和其人力资源部门联系, 主动争取实习机会。

可特别留意正在招聘人选的公司,说明其正缺乏人手,在没有招到合适的员工的情况下,很有可能会暂时选择实习生替代。

宜知己知彼:求职信和求职电话要稳、准、狠,即稳当地了解公司所处的行业大背景及所申请岗位的要求,准确地阐述自己的竞争力,自信自己就是对方要找的人;同时很诚恳地表现出低姿态,表示实习的热望和决心。此外,规范的简历、良好的面试技巧都有助于提高实习成功率。

宜避热趋冷:寻找实习单位时,宜避开热门的实习单位和实习发布网站,勇于找冷门公司,回避热点信息和实习高峰期,实习成功的可能性反而更大。

忌免费午餐:实习生与实习单位之间是双赢关系,主动跟对方说我不要钱来干活是很糟糕的开始,说明自己缺乏自信。有价值的付出一定需要有价值的回报,不存在施舍性的实习岗位,能够为雇主创造价值的实习生才是对方所需,而理性考虑到实习生价值的单位会给予实习生更多的锻炼机会。

忌盲目实习:未来求职拼的是专业度而不是态度。谋职实习不应是简单的劳动经验积累和态度培养,比如端盘子一类的工作,可能会增加挫折体验;与专业不对口的实习在未来求职竞争时含金量很低,从找工作的角度,这样的实习弊大于利。

知识点睛

一、概念与作用

概念:实习申请书是学生向学校提出提前进入社会进行社会实践学习,表达个人学习意愿的一种应用文体。

种类:有集中实习申请书、自主实习申请书、实习转正申请书等。

作用:便于与学校组织部门的沟通。

二、格式与内容

1. 标题

一般表述为“实习申请”或“申请书”,位置要求居中。

2. 开头

(1) 称谓

称谓可为尊敬的学校领导、校培训处等(一般不写个人姓名)。

(2) 问候语

问候语要注意选用礼貌用语。

3. 正文

(1) 申请的缘由

申请的缘由是全文的重点。要求清楚、全面、充分、有说服力。

① 个人知识能力:简介自己现在的学习、表现等好的方面。

② 兴趣爱好、特长发挥。

③ 个人发展机遇、工作渴望等。可对个人的实际想法做简单阐述,如学习状况、知识

能力、自身发展等。

(2) 申请的事项和保证

事项：在何时何地参加实习、实习单位情况等。

决心和保证：

- ① 在校外仍以学校的规章制度为约束,以学校荣誉为己任。
- ② 在实习单位认真工作,虚心请教。
- ③ 另外需要注意的要求。

4. 结尾

- ① 请求批准,表示感谢。
- ② 对是否能被录用表明态度。

5. 署名(签名)、日期、盖章

署名(签名)、日期、盖章包括申请人、家长、系部意见等。

三、申请书的写作要求

- ① 请求的事项和理由要表述清楚,有时还可说明所求事项的具体实施方案、作用和意义等。
- ② 语言简洁,表意清晰,要注意行文语气。

例文点评



毕业实习申请书

尊敬的校领导：

您好！

我是××职业学校 2009 级数控专业的学生,经过学校对我三年的培养,我已经完成了在校学习,初步掌握了所学专业的理论和基本的实践能力,由于求知的欲望和为自己将来走向社会能够更广泛地掌握工作技能,现申请到××机械公司实习,为以后的就业打下坚实的基础。

毕业实习是职业学校按照党的教育方针精心培养适应国家建设需要的优秀人才资源和高层次人才队伍后备力量的重要学习阶段。为做好实习工作,保证实习质量,更好地为经济建设和社会发展服务,在实习中我保证做到以下几点：

- ① 严格遵守学校实习要求和学校规章制度。
 - ② 努力学习,虚心向指导教师请教有关专业技能知识,服从指导教师安排,遵守实习单位纪律。
 - ③ 积极认真地做好实习工作。
 - ④ 及时向指导教师反馈实习工作进展情况及所遇到的问题。
- “想到就能做到,努力就会有回报。”相信我所学能适用于社会需要,并为社会做出贡献

献,为校争光。望学校领导能够接受我的申请。

此致

敬礼

申请人: ×××

××××年××月××日



评析

职高学生的这份毕业实习申请书,首先格式规范,包括标题、称谓、问候语、正文、祝颂语、落款等部分;其次内容全面,先简单介绍自己的基本情况,然后提出申请,接着分条列项地写出实习保证;最后提出希望接受申请的要求。语言简洁、通俗易懂。



校本模板

实习申请书

尊敬的校领导:

您好!

我叫_____,是本校_____专业_____班学生,我应聘于_____公司实习。实习期从_____年_____月_____日到_____年_____月_____日,经家长同意,特向学校申请从_____年_____月_____日离校前往该公司实习,并保证做到以下几点:

- ① 保证实习期间遵守单位规章制度,信守实习协议。
- ② 保证实习期间遵纪守法,维护学校形象。
- ③ 保证实习期间注意人身安全,如出现安全事故,后果自负。
- ④ 如果毕业前中止实习,保证及时返校就读,完成学业。

请学校审核批准。

附:

- ① 《工作单位证明》。
- ② 离校通知单(有系部、计财处、教务处、图书馆、学生处、招就办盖章即可,审核后此单仍由本人保管,以备领取毕业证用)。
- ③ 学生顶岗实习安全协议。

此致

敬礼

申请人签字: _____

家长签字: _____

班主任签字: _____

专业部意见(盖章): _____

年 月 日

实践演练

根据模板和自己的实际情况,完成一份实习申请书,并保存备用。

相关链接

实习注意事项

1. 实习工作与自己专业不对口

(1) 90%以上的实习没有要求教育背景

106家企业拿出了包括化工、计算机、汽车等专业性较强的实习岗位,但是绝大部分还是专业关联性比较低的工作,比如市场、行政和销售等。对1800家企业的调查发现,实习和就业相比较,90%以上的实习机会对学校和专业没有明确要求,企业在招聘应届毕业生时,有专业要求的职位也只有30%左右。本科大学生找工作,学校背景的影响不明显,实习和就业机会的竞争非常激烈。这次调查的1800家企业发布了7587个兼职信息,平均一个职位有43人申请,其中6598个公开招聘的职位,平均一个职位的申请超过65份简历。在竞争中,专长、特长不突出的大学生往往很难被企业看好。

(2) 销售岗位需求多,专业对口不容易

在招聘会上,企业需要更多的是“销售主持人、电话回访员、商场销售员”等销售类岗位,技术研发类的岗位并不多。北京市教委高校毕业生就业指导中心的统计也显示,目前需求最热的十大专业依次为市场营销、计算机、文秘、营销学、财务会计、英语、平面设计、管理工程、建筑学、电子商务。市场销售类岗位需求的火爆,让前来找工作的许多大学生有点尴尬。北京科技大学计算机专业的一名大三男生告诉记者,学市场营销的人毕竟有限,其他专业的学生,想找一个本专业领域的实习工作机会还是不容易。“大学生找实习工作时,要及时转变观念,珍惜社会工作机会。”而销售员、市场调查、电话回访等基层职业,因为需要不断地和陌生人打交道,学生的沟通能力、应急反应能力和综合素质都会有很大提高。

大多数实习都是从事一些资料整理、助理、行政性工作,所以从工作内容上来讲,不同行业差异不大。但是实习是帮助你了解行业的一个很好的机会,对于你的就业方向 and 职业规划是有一定影响的,所以最好还是选择与自己专业相关或者自己感兴趣的行业的实习工作。

2. 实习无待遇

有一些学生在找实习工作时过分关注实习报酬,这是一个误区。其实实习更多的是积累社会经验、提高自己能力的一个过程,薪酬不是重点。而且大多数公司的实习报酬与正式员工相比都是很低的。但是也要注意一个问题,很低不代表没有,如果一个公司不支付给你实习报酬,你也要考虑一下它的合法性和正规性。

3. 实习需要素质和能力

实习生存在的最大问题是眼高手低。

调查显示,眼高手低现象在本科生中比较突出。大部分企业都表示,能力有差距不是问题,重要的是能摆正自己的位置,肯扎扎实实地从基层做起,打好每一步的基础。

自身发展方向盲目也是不少实习生的通病,快毕业了却没有特别的技能,似乎什么都会,又似乎什么都不会,不知道自己应该做什么,又不甘心做太简单的事。

多数企业反映:实习生在专业技能方面还达不到一定的期望值,理论和实际的结合还有待提高。有一个最让企业头痛的问题是,“吃不了苦,没做几天就辞职走人,没有坚定的意志”。杭州大立科技有限公司提到有些大学生反而不如中专生,而且心态没有摆正,吃不了苦。

虽然实习不是正式工作,但是对于实习生来说,是帮助一个人从学生向社会职业人转变的一个有价值的过程。

如果是找一份好工作为出发点,有几种素质和能力必不可少:英语水平、良好的专业背景和软技能(沟通能力、学习能力、领导力、团队合作能力等)。

① 责任心。从很多公司对实习生的评价来看,学生最大的一个毛病就反映在责任心不强上。很多时候还是比较学生气,做事情太随性,没有负责任的态度。所以在实习工作的过程中,一定要培养自己的责任意识。

② 快速学习的能力。实习的时间一般很短,接触的人也有限,要想学到更多东西,就需要大学生具备快速学习的能力。可以从很多地方去学,比如自己的上级、自己的同事,学习他们怎么处理问题,怎么做事。同时还可以根据自己的情况看相关的业务资料和书籍。主动快速地学习,会收获更多。

③ 与人沟通的能力。现在很多学生还是比较“害羞”,不懂得主动地表达自己,不清楚与人沟通的方式。例如不知道主动和同事反馈自己的工作进度。在公司环境中,学习有效沟通,可以帮助学生变得更自信。

不同领域要求各有侧重

与国内企业偏重于个人稳重、踏实等心理品质的标准不同,跨国企业更侧重于员工与企业文化的吻合,创造性、协调力、团队合作能力、沟通能力往往是外企招聘员工时最关注的素质。他们通常按照正式员工的标准来衡量实习生的表现。在不同的职业领域,外企对于实习生的专业能力和经营管理能力方面的要求有所差别。

研发团队重“专业”。想加入 IBM、微软这样以研发为主的跨国公司,技术背景是“硬件”。企业选人首先看这个人的专业素质和专业标准是否符合公司对于这个位置的要求。学历越高,优势越明显,毕竟这类岗位对知识含量要求更严格。而团队合作能力、协调能力等商务技能则成为拓展发展空间的“软件”。比如微软招技术支持人员,要求熟悉 Windows、Exchange、SQL Server,精通 .NET 系列编程语言。对系统开发/测试岗位,除了要精通各种计算机语言工具外,还应熟悉测试方法、测试流程和测试工具,了解数据结构、操作系统和编译原理等。

销售团队重“软件”。TCL 电脑部推出的销售岗位,要求应聘者除了具有丰富的计算机专业知识外,还应有较强的组织、计划、协调能力。对于实习生而言,从事营销相关的职业、解决问题的能力以及工作的积极主动性往往成为决定成败的关键因素。团队合作能

力、领导能力、分析能力、市场敏感度、创造力、清晰的目的性、团队学习的能力、沟通能力、客户服务能力、职业化角色、高度的工作热情等 16 种能力,是这类职位最为看重的。

咨询行业重“沟通”。如果要争取毕博、麦肯锡这种咨询公司的实习岗位,就一定要加强自身的人际沟通能力与团队合作意识。在麦肯锡进行暑期实习,有可能成为项目小组的一员,要求以谨慎的态度承担起数据分析、客户演示报告等职责。任务虽小,但责任重大。期间还要不断加强英语表达能力。经验丰富的咨询人员将不断地对实习生进行指点和辅导。若能成功完成暑期实习项目,日后就有机会成为麦肯锡正式的咨询顾问。

职场新人: 12 条须铭记于心的准则

- ① 工作时间不要与同事喋喋不休地闲聊。
- ② 不管老板在与不在都表现一致。
- ③ 不要贪图公司的财物。
- ④ 时刻坚守对现在服务公司的忠诚度。
- ⑤ 每天都用一种积极的态度、良好的心情去面对你的工作。
- ⑥ 记住任何工作都不是完全没有意义的,要知道,你所有的贡献与努力都是不会被永远忽略的。
- ⑦ 善于控制自己的情绪,不要将不良的情绪带到工作中来。
- ⑧ 不要一到下班时间就马上消失,要对自己经手的每一项工作负责,并且让你的领导知道你在做什么。
- ⑨ 对于给上司的任何建议或报告,都不要敷衍了事。严谨、负责、用心是每个上司都喜欢的工作作风。
- ⑩ 不要看见功劳就想占为己有。
- ⑪ 永远不要当一个没有思想的应声虫。
- ⑫ 千万不要妄想把公司布置得和自己的家一样。

第四章

实习协议书

学习目标

1. 了解写作实习协议书的重要意义。
2. 掌握实习协议书的一般结构与写法。
3. 能根据实际要求正确写作实习协议书。

案例透析

给实习系上“安全带”

2005年11月末的这几天,杨光(化名)的代理律师正忙着准备申请法院强制执行的相关材料。从10月终审判决到现在过去了一个月,杨光所在的学校和实习公司迟迟未支付近28万元的赔偿。

杨光是北京中医药大学学生。2004年9月,她和另外15名同学被安排到北京华神制药有限公司(以下简称华神制药公司)进行毕业实习。10月27日,杨光等3名同学被工作人员临时安排到公司喷雾车间房顶协助清洗烟囱。在通过三楼与四楼楼顶搭的木板时,杨光因双脚踩踏到无警示标志的采光板上,不慎从四层楼顶上摔下,经医院抢救脱离生命危险。经鉴定为六级伤残。

1. 法院判决:校企共担责任

2005年12月,杨光将北京中医药大学和实习单位——华神制药公司告上了北京市昌平区法院,要求双方赔偿医疗费、残疾赔偿金及精神抚慰金等共计55万余元,并承担继续治疗费用。

一审法院经审理后确认,杨光在学习期间被北京中医药大学派遣到华神制药公司实习,因公司为学生提供实习的车间存在一定的安全隐患,致使杨光踩到没有安全防护和警示标志的采光板上,摔下受伤,北京中医药大学和华神制药公司应当承担主要责任。而已

届成人年龄的杨光在比较高的地点工作,未能充分注意可能存在的危险,因疏忽大意而受伤,对此本人应当承担一定的责任。故法院判决两被告共同向杨光赔偿近 28 万元。

北京中医药大学不服一审判决,向北京市一中院提起上诉。学校认为,根据与学生本人签订的《实习安全协议书》,在实习前,学校已就实习安全事宜对学生进行了培训。并且根据与华神制药公司签订的《校企教学安排意向书》,实习单位应为实习学生提供符合条件的实习场所,并应选派专业技术人员作为指导教师。因此,在杨光摔伤事故问题上,应由华神制药公司承担全部责任。

终审法院认为,学生实习场所本身就是学校教学内容的组成部分,属于学校提供给学生的教学设施。对提供具有安全隐患的实习场所,北京中医药大学未尽安全管理之责,应与华神制药公司共同承担侵权责任。故判决驳回上诉,维持原判。

2. 校方: 共同责任分配不清

“我们准备提起申诉,并争取人大代表的签名。”北京中医药大学代理律师罗占义在接受记者采访时语气十分坚决,“这个共同连带责任的判决不光对我们北京中医药大学不公平,还很可能对全国其他派遣学生进行实习的高校产生不利影响。”

据他称,在一审开庭之前,北京中医药大学及华神制药公司专门召开了会议,最终一致同意依法对杨光承担赔偿责任。

会后,北京中医药大学校长又将代理律师叫到办公室,明确指出:在一审时北京中医药大学不要提出责任应由谁承担,而是由法院来确定二被告各自应承担的责任。若在法庭上表明态度,让华神制药公司承担责任,那么对方以后就不会再接收北京中医药大学的实习学生,其他的实习单位也可能出现拒绝接收实习生的情况。

当时北京中医药大学认为己方至多承担次要赔偿责任,但没有想到的是一审法院判决二被告承担共同连带赔偿责任,罗律师认为这对北京中医药大学“不公平”。于是改变了最初不愿得罪实习单位的想法,在提起上诉时索性明确提出北京中医药大学不应承担责任。

“但二审法院最终驳回了我们的上诉,让我们和公司共同承担 28 万元的赔偿。到底各方赔偿多少?法院把这个皮球又踢回给了我们两方。这样的判决没有分清责任,我们无法执行。任何一方应受伤学生的要求完全支付赔偿金后,再打官司让对方承担相应的责任,难道还得重新打一轮官司?”

3. 实习公司: 后悔当初未细看实习协议

华神制药公司的李先生是在《校企教学安排意向书》上签字的公司联系人之一。提及这件事时他说:“我们老总现在非常后悔。当初没细看和北京中医药大学的《校企教学安排意向书》,就稀里糊涂地签了。人家在庭上拿合同说事,我们一点办法都没有。”

据李先生回忆,当初公司也是第一次接收学生实习。未收取任何实习费用,还免费提供食宿。开始只接收了几个,后来北京中医药大学反复给做工作,公司老总心一软,就答应多接收一些。于是一共要了 15 名学生。但人多岗位少,一些学生也基本没什么事情做。如果都有相应的岗位,就不会有后面的事情发生了。

“出事那天,我们公司师傅本来是叫一男生跟着上房顶的。杨光当时没什么事情做,就跟着上去了。两名同学已安全走过楼间彩钢板下到喷雾车间楼顶,杨光跟在后面。但

她偏离了彩钢板,而是双脚往阳光板跳了过去,结果从阳光板上坠下。”

李先生承认到目前为止公司还未支付赔偿金。“法院也没说双方各承担多少,那按一般的理解,应该就是各担一半吧。”

4. “那以后你们还愿意招实习生吗?”

李先生想了想:“应该会招吧,但有了这次教训,下次肯定得非常认真仔细地和对方面签合同了。”

通过律师反复劝说,杨光的母亲终于同意和记者通电话。这位母亲告诉记者,就在打这个电话前,孩子哭了半天。对于两年前那场事故,这个年仅22岁的女孩不愿去回忆。现在她正处于恢复期,能在旁人的扶助下缓缓地地下地走路。

近几年,在高校扩招、就业难的大背景下,大学生找工作的程序被一再提前,实习的目的从过去的专业实践转而直接指向了就业。对于即将毕业的大学生来说,“你没有工作经验,对不起,我们不能要你。”在找工作的日子中,最经常听到的可能就是这句话。于是学校也尽量想方设法为更多的学生争取实习的机会。

如何协调好学校、学生、实习单位三方的关系,确保学生在实习期间的人身安全,值得各方认真思考。一位高校校长曾说过,扎实安排好学生的实习,是学校义不容辞的责任。因为即使是在实习阶段,学校也在收着学生的学费。



解析

实习协议是指实习单位、学校和学生就学生实习问题通过协商取得一致性意见的合同性文书,具有法律效力,须坚守信用,有一定的约束力。实习中出现问题或违反实习协议,就要受到经济或法律的处罚。



知识点睛

一、实习协议书的概念

实习协议书就是在平等自愿的基础上,学校、学生、实习单位三方就学生实习的有关事项达成的权利与义务关系的协议。其主要内容是实习期间,实习单位与实习学生的职责。实习协议书并不是简单走个过场,简单地盖个章、签个字就完事了。它不仅明确了学生实习期间的工作要求、实习单位的职责;另一方面也保障了学生的相关权利。

二、实习协议书在写作上的特点

实习协议书在写作上具有如下特点。

一是格式比较固定。除标题即“××学校实习协议书”的名称外,一般分为三部分,开头写明协议的宗旨和目的;中间写协议的内容,多数分条款写;结尾写双方单位、代表的署名和签字日期等。

二是直述直说方法。实习协议书除开头稍加叙述过程外,都是直言陈述、说明,不转弯抹角,只说议。对于涉及主题相关的事项须说清楚,写作方法上应条理化,可分条款写,可分段落写,先后有序,主次分明。

三是文字通俗易懂。由于实习协议书是实用性文书,文书里的内容需要签字的各方