

### 別當白目實習生！小心 9 種學生心態，讓你的實習白走一趟

- 雜誌精選
- 特別企劃
- 實習

2014-08-08 14:38 MT / 《經理人月刊》編輯部

---



撰文 / 韋惟珊

想要在實習時得到好的體驗，你該先調整心態，準備好進入職場，否則你可能隨時踩到地雷，留下不好印象，讓第一個職場經驗拿到極低的分數。留意實習生常犯的 9 大錯誤，提醒自己，開始上工後，千萬別這麼做。

### **1. 抱怨工作無聊**

雖然實習已經是職場的新風潮，但仍有許多公司實習制度還不完善。身為實習生的你，與其滿口抱怨、浪費整個實習期間，還不如更積極想想，如何把現有的工作做得更好，或是主動爭取其他任務，擴大職場體驗的範疇。

### **2. 排斥瑣碎的工作**

如果你想證明自己的價值，就別排斥瑣碎的工作，因為這些都是公司考驗你是否細心的關鍵，比方說在影印時遇到影印機卡紙，你就該懂得順手排除狀況，避免下個人無法使用。

只要在瑣事上，展現你重視細節、要求品質、為他人著想的態度，公司就可能放心交給你更複雜的任務。

### **3. 只等待別人交付任務**

如果想要在實習的兩個月內，有更多元的職場體驗，只等待別人指派工作肯定是不行的。在把手邊任務做完之後，你可以適時詢問同事有沒有可以幫忙的，但千萬別本末倒置，只顧著爭取，卻沒把爭取來的機會做好。

### **4. 工作態度太過輕鬆**

進入職場後，你得放棄在學校和同學嘻嘻哈哈那一套，而是更謹慎地看待與人之間的相處。看到前輩主動問好；撰寫 e-mail 時，別使用表情符號和注音文，也要再三確認收件人和主旨是否填寫正確，才能寄出。

### **5. 穿得像要去郊遊**

你穿的衣服，代表著你有多認真看待這份實習工作。如果你穿得太過休閒，自然會被視為只是來玩的學生，甚至會懷疑你是否能對手邊的工作負責。所以實習前，記得打聽公司內的基本穿著，才不會在第一天實習就鬧笑話。

### **6. 只想展現自己，忘了學習**

別忘了，實習最主要的功能，是要幫助你體驗職場生活。即使你在學校是班上的第一名，也別忙著炫耀你的頭腦，而是盡可能擴大眼界。

因此，收起你心裡無限的點子吧，先安靜地觀察每個人的工作內容，如果有任何想發表的意見，都用筆記錄下來，等到你差不多了解公司運作的狀態，再提出來和主管們討論，而不是在實習第一天，就對公司策略發表高論、提出建言。

## 7. 把指導視為理所當然

即使你是實習生，也沒有人一定要教你什麼。當資深同事願意出手協助你完成任務，或者是提醒你做好工作的小撇步，你都該想到自己耽誤了他人的寶貴時間，而真誠地表達感謝。另外，當同事願意讓你參與不同專案和會議，你也該懷抱感激，盡可能不給對方製造額外麻煩，甚至能站在對方的角度提供協助。

## 8. 沒有尋求回饋

很多時候，實習就是你第一個職場經驗，你應該用謙虛的態度主動詢問主管的意見，像是「不好意思，想請問您對於我目前表現有什麼評價？還有哪邊可以做得更好或是需要改進？」，才能確認主管對於實習生和你手邊工作的期待，也能據此改善工作方法。

## 9. 實習過後就消失無蹤

這是實習生最常犯的錯誤。其實，除了職場體驗，實習還能幫助你累積業界人脈。如果你在實習期間表現良好，離開後，你可以偶爾寫封 e-mail 給當時的主管，報告個人近況，這能讓對方感受到你的尊重和關心，並維繫雙方的情誼。（本文出自《經理人月刊》8 月號特別企劃：到企業實習，發現你的志向）

資料來源：〈The Crucial Mistakes You Are Making At Your Internship〉，  
《Elite Daily》；〈Don't Make These 10 Internship Mistakes〉，  
《U.S News & World Report》；〈MBA Internship Dos and Don'ts〉，  
《Bloomberg Bussinessweek》；〈Intern Do's and Dont's〉，  
The Washington Center