

大學生實習計畫於其職涯發展之重要性

陳曉靚

建國科技大學應用外語系助理教授

薛月娥

建國科技大學應用外語系助理教授

一、前言

所謂實習，泛指學校為培養學生務實致用的觀念與能力並及早體驗職場工作，在學生修習專業課程至相當程度後，在學期間由學校安排至系所相關領域之企業或機構實習，以增加職場的適應力與競爭力。目前技專校院所推動的多為多元化的實習方案，例如暑期實習、學期中實習（搭配 3~9 學分）、全學期實習（9 學分以上）等。

根據學者及業界之觀點，校外實習的本意主要是為了銜接理論與實務課程，培育學生業界所需之技能，及建立人脈，更期望學生畢業後能與工作無縫接軌。因此實習課程需要詳加規畫，安排循序漸進的步驟，且要有業界與學校配合，建立專業輔導機制。

傳統的教育思維模式，認為大學生應該努力學習專業科目，不宜一心多用，打工兼職而影響課業。但是隨著時代潮流的更迭，實習對於就業的重要性越來越不可忽視。由於企業逐漸重視實習育才管道，大學生最好提早於大二、三暑期階段就開始留意相關實習機會，以免日後求職時就先敗在沒有相關工作經驗這一關而徒呼負負（王志鈞，2019）。

事實上，就業戰場擴展到實習階段的現象在歐美社會早已司空見慣，而在臺灣則是於近年開始受到正視。這除了因為就業市場競爭激烈，促使企業必須提早布局培育新血外，產業變遷劇烈，導致學用落差大，也讓企業界體認自行打造好用之才的必要性。

二、正文

（一）實習的重要性

實習，是技專校院學生延伸學習的一種方式，透過直接到企業內部熟悉工作環境，由正職人員，甚或主管對實習生進行訓練，一步一步地從基本面開始學習，累積實作經驗，熟稔整個公司運作的每一個環節，進而為公司貢獻一己之力，為公司創造最大的價值。

根據統計，企業新聘員工有 20~25%來自實習計畫（Lotich, 2019），可見實習之重要。Poslovanje（2017）指出實習能強化對於所學了解，讓社會新鮮人在就業市場捷足先登。他認為實習有四大意義：(1)提供經驗及知識、(2)改善技能、(3)提高自信、(4)創造新的生涯機會。

Anna（2019）則認為實習對學生有五大好處：

1. 實習提供學生接觸真實世界的機會：增長見識，並確認自己是否適合該領域職務。實習生不僅可獲取第一手實務經驗，應用所學，亦可藉此瞭解達到職涯目標的管道。
2. 實習為學生建立社交溝通平台：實習場域是交換資訊，搭築人脈，建構職場關係的初機，對部分實習生而言，還是獲得全職工作的墊腳石。在職場結識有共同興趣的專業人士，彼此交換工作經驗與心得，互相觀摩，可快速提升專業能量。
3. 實習讓學生更認識自己：親身體驗真實工作情境，有助於深入理解其優缺點，也讓實習生誠實面對自身的長處與弱項，是確認未來職涯發展方向不可或缺的過程。而走出舒適圈，面對現實挑戰，更有助於在未來成功化解難關。
4. 實習所得超越技術層面：實習帶來的寶貴收穫非僅是技能知識的增長，也得以培養與人共事的能力、職場倫理與團隊精神。更重要的是學習如何在壓力之下妥善應對，完成任務。
5. 實習使學生獲得競爭優勢：勇於踏出校門，積極在校外學習的動力與熱情促使實習生在實務中逐漸強化未來雇主重視的能力，而在求職時脫穎而出。

Dailey（2016）指出實習可藉由業者推薦信來創造一個職業網絡，或帶來未來受雇機會。藉由實習晉升為全職人員的好處是，已經熟悉工作環境及公司氛圍，所以不需太多訓練即可上手。實習使在學大學生得以在所選擇領域的現場實地學習，為全職工作準備好，畢業後即可上陣。

以建國科技大學為例，學生校外實習的目的有五：

1. 理論與實務結合，學校課堂上所教授課程與職場實作有所落差，導致學生畢業後無法順利投入職場工作，因此在經濟效益上無法達到最佳成本，故使學生親自參與職場體驗以了解職場環境，習得實務經驗，使得理論與實務得以相互驗證相互配合，達到「做中學，學中做」的最佳效果。
2. 增進就業機會，學生參與校外實習時，企業便能於學生職場體驗期間看出其工作態度，職業道德與專業知識，若表現良好則將增加企業於學生畢業後繼續留用單位服務之機會。因此，獲得的效益包括縮短步入職場所需摸索時間

及職場經驗之累積。

3. 藉由工作試探，探索未來職涯的發展方向。
4. 提早了解自己的優弱勢及欠缺的能力，及時補充、學習不足以養成就業能力。
5. 職場倫理及態度的養成。

(二) 如何建立有效的實習制度

學生實習既然這麼重要，各校應建立完善制度，以使學生能順利進入業界實習，更能於畢業後與工作無縫接軌。吳淑媛（2015）認為建構完善實習制度能有效提升學生就業力，業界實習是幫助學生達到「上手」（work ready）的有效方法之一，在就業市場愈趨競爭的今日更顯重要，亦被列為目前教育部推動各項獎勵型專案的重點工作，未來將朝此方向前進。

詹益鑑（2019）建議讓政府與大公司共同認養新創公司的實習機會，安排學生在學期間分別在大公司與小公司實習，這將有效解決「產業、學生、家長、學校與政府」的各自需求與共同問題。

這個計畫的目標就是讓所有大學生都在畢業之前，能到兩家以上不同型態的公司（例如：新創事業、中小企業、千大企業）實習為目的，也讓新創公司與中小企業，透過實習認養計畫，建立與大公司的長期關係及默契，並增加實習名額。

(三) 科技大學教師與學生實習之關係

科技大學之教育宗旨為培養職場所需人才，實習對於學生而言相當重要。而實習輔導教師之職責，無疑地具有關鍵影響力。

再以建國科技大學為例，校外實習輔導老師之職責如下所述：

1. 辦理學生「赴職場體驗說明會」。
2. 協調及安排學生職場體驗事宜：與職場體驗單位協調學生職場體驗內容與相關規範，並於職場體驗期間不定期前往探訪。
3. 職場體驗成績之評分。
4. 必要時參加職場體驗單位座談會。

在國立科技大學方面，臺北科技大學推行提升實務加乘效應的校外實習制度（林忻怡、鍾翔雲，2015），教師應負之職責為：

依據臺北科大學生校外實習辦法，辦理校外實習之各系所須於學生校外實習期間，對每位學生施以校外實習輔導，並得由學校實習輔導老師及企業導師共同輔導。校外實習期間，實習輔導老師以定期面談、電訪或實地訪查輔導等方式，了解學生實習狀況及問題。

1. 寒暑期實習：以輔導學生至少二次為原則。
2. 學期實習：以輔導學生至少三次為原則，其中至少赴實習單位實地訪查輔導一次為原則。
3. 學年實習：每學期以輔導學生至少三次為原則，其中至少赴實習單位實地訪查輔導一次為原則。

輔導及了解校外實習狀況後，由實習輔導老師填寫「實習輔導紀錄」，針對實習學生的實習情形及工作表現、實習學生的生活現況滿意程度等進行成效評估，以便聯繫及處理反映之問題。

由以上兩校之規定，可知教師在學生實習過程之負擔。如若一班有五十人，且在不同性質公司，分散多處實習，教師之精神及財力負擔實難以想像；一方面要忙於教學研究，一方面要奔波於學校與業界之間，處理大量紙上作業及種種偶發事件，難免影響教學品質及身心健康，是以學生校外實習實為衍生教師身心負擔，並牽動學校行政管理層面之複雜事務，學校應減少輔導教師之授課時數，並依訪視里程以補助，且應為其投保意外險。

三、結語

綜上論述，可清楚了解實習對於學生畢業後就業之關聯性，實習不但使學生獲得書本上沒教之知識，更能得到實務工作經驗，拓展人脈，獲得優先任用的機會，業界亦可確保人才來源。而校外實習班級之輔導教師一方面要忙於教學研究，一方面要奔波於學校與業界之間，處理一般紙上作業及種種偶發事件，當然難免影響教學品質及教師身心健康，是以學生校外實習實為衍生師生身心負擔，產學配合困擾，並牽動學校行政管理層面之複雜事務。有鑒於此，學校與業界應相互配合，釐訂有效實習計畫，同時給予實習輔導教師適度回饋，創造裨益學生、教師及業界的三贏契機。

參考文獻

- 王志鈞（2019）。別忽略實習的重要性。自由時報-王志鈞專欄。取自 <https://ec.ltn.com.tw/article/breakingnews/2747463>。

- 吳淑媛(2015)。業界實習有賴嚴謹規劃與配套。評鑑雙月刊，54，56-57。
- 林忻怡、鍾翔雲(2015)。臺北科大提升實務加乘效應的校外實習制度。評鑑雙月刊，54，17-21。
- 建國科技大學AFL職場體驗手冊。取自<https://afl.ctu.edu.tw/p/405-1032-35597,c1057.php?Lang=zh-tw>
- 詹益鑑(2012年8月27日)。人才養成新契機：認養實習制度！想想論壇。取自 <https://www.thinkingtaiwan.com/content/56>
- Anna. (2019). *The Importance of an Internship: Top 5 Reasons Why Internships Are Critical*. Retrieved from <https://capital-placement.com/blog/the-importance-of-an-internship-top-5-reasons-why-internships-are-critical/>
- Dailey, S. L. (2016). What Happens Before Full-Time Employment? Internships as a Mechanism of Anticipatory Socialization. *Western Journal of Communication*. 80 (4),453–480.
- Dario, Š., Šteti , S. (2017). The role and importance of internship programs as part of formal education: Students' perceptions: The case of college of tourism. *Turisticko poslovanje*. 2017(19),51-60.
- Lotich, P. (2019). *8 Components of an Effective Internship Program*. Retrieved from <https://thethrivingsmallbusiness.com/sample-internship-program>

