

【职业发展成长社】上课&实习两不误？远程实习让你高效“卷”出经验值

重庆机电大学就业创业 2025-09-01 14:13:50 重庆

实习是在校学生了解真实就业市场的重要途径，也是在职业道路上宝贵的成长机会。同学们既可以用最小的成本进行试错，验证自己体验职业的想法，也可以近距离接触职场，做好职前准备和规划。

今天我们来聊一聊远程实习。

远程实习

特点与优势：

- 工作地点不受限，通过线上沟通协作完成工作。可以是暑期、学期或日常实习。
- 打破地域限制，可选择更多公司；节省通勤时间和成本；锻炼远程协作能力。

挑战：

需要高度自律；沟通效率可能受影响；缺乏线下团队氛围和沉浸式体验。

适合人群：

所在地实习机会少、希望异地/跨国实习、或偏好灵活工作方式的学生。

远程实习有哪些好处呢？

PART 01

无论你是在家/旅游/上课，只要有电脑，随时可以开启**时间地点不受限**

甚至还可以白天摸鱼，晚上“加班”，只要你按时按量地完成工作，时间&地点任你选择！

PART 02

远程实习可不用早早地挤地铁赶早晚高峰，实习幸福指数**UP!**

当然也就不用担心房租、吃饭等费用问题啦，甚至不用化妆/费心思搞穿搭，省钱又省事！

大家可以用最小的成本来选择优质的远程实习，实习过程中认知自己是否真心喜爱这个行业与工作、这一行业是否有良好的发展前景、这一岗位未来的职业发展如何这些核心问题，并基本锚定了自己的职业方向与目标企业。

PART 03

远程实习和线下实习一样，都要保持谦虚的态度，**技能提升不耽搁**，多向前辈学习并积累经验，在实际工作中逐步培养自己的职场软实力和基本职业技能，积累起自己的职场人脉。实习结束后，要学会对本次实习经历进行复盘总结：一方面检验并调整自己最初对岗位的规划与期待；另一方面则可以把实习中积累到的经验转化为自己的职业能力。逐渐积累起自己在该领域的垂直经验，提升未来就业的职场竞争力。

这些雷区千万别踩！



1. 警惕“付费实习”骗局

凡收取“内推费”“培训费”“押金”的岗位，立即拉黑！

正规远程实习：签署协议/合同+明确薪酬/补贴+企业邮箱通知（缺一不可）。

2. 核实企业真实性

查官网：核对公司名称、办公地址、联系方式；

查备案：通过“国家企业信用信息公示系统”验真；

查评价：搜索“公司名+诈骗/拖欠工资”看有无黑料。

3. 没有实习薪资/证明

实习“小黑工”、倒贴实习确实很常见。但如果不是非此不可，不妨多看看有薪资的实习。

4. 线上实习≠线上兼职

实习一般需要3个月以上，处于相对完善的工作系统；兼职大多为短期，专业性不强。

5. 实习证明≠实践证明

证明不同，含金量也有所不同。实践证明通常是由学校或相关机构颁发的，用于证明学生在课外时间参与了某种实践活动，如社会实践、志愿者服务等；而实习证明则一般是由实习单位（企业或组织）颁发的，用于证明一个人在特定时间段内在某个单位进行了实习。

6. 实习证明≠实习推荐信

实习证明出具对象为组织，实习推荐信出具对象可以为个人

7. 大厂岗位≠大厂签约

两者在合同期限、工作性质、工作待遇、工作福利等都有区别

如何挑选靠谱的远程实习？

选择远程实习一定要谨慎！

1. 查证真实性：了解企业的信誉度和背景，选择有口碑保障的线上实习机会。

2. 明确需求：根据自身专业方向和职业规划，选择与之契合的线上实习项目，确保实习内容对个人成长有益。

3. 多方比较：不要急于选择第一个实习机会，多方比较，寻找最适合自己的线上实习机会。

4. 了解实习内容：仔细了解实习的具体内容、项目产出、学习到的实习技能...确保实习内容与自己的需求和兴趣相符。

5. 注意合同条款：认真阅读合同条款，确保自己的权益得到保障。

通过远程实习的尝试，希望同学们在自己的课堂学习外获得丰富的职场体验，积累起通往理想岗位的“职场钥匙”。

来源：大学生就业资讯

声明：版权归原作者所有，重机电就创业刊载此文出于为毕业生提供就业信息，如有异议，请联系我们，我们会立即处理。



长 按 关 注

重机电就创业

青春逐梦，不负韶华