

致理科技大學

學生校外實習報告與心得寫作規範

一、實習心得報告繳交日期

最遲於實習結束後 1 週內，至本校實習平台（<http://job.chihlee.edu.tw/>）填寫或上傳電子檔。

二、實習心得報告撰寫內容

依下列五大部分依序撰寫，包含：

(一) 實習機構介紹

請就實習機構的基本資料之事前認識，如歷史沿革、機構經營理念、機構經營性質、管理制度、機構的環境和地理位置、組織文化和商譽等加以詳述。

(二) 實習工作內容

描述對實習工作應具備的專業知識和技能的準備、個人工作興趣及對工作性質的認識與了解、對實習期間時間的管理等之期許，包含工作問題、工作氣氛描述、專業學習等。

(三) 實習遭遇困難與解決

描述對實習工作所面臨的困難和問題，解決的方式和技巧等。

(四) 實務與理論印證

包含觀察心得、個人成長、自我省思等。

(五) 結論與建議

請就實習期間是否工作環境能學以致用、進修與訓練、人際關係、主管領導方式、工作內容和認知、公司發展願景、工作中最難忘的人事物、工作中最滿意或最不滿意的事、對學校教學的建議、對未來之生涯規劃、期許和目標等加以敘述。