

實習成果及心得（具體收穫事項、與校內學科學習之相互映證並附活動照片）

一開始會擔心很多，因為我是第一次做內場，自己也很笨加上容易想太多，第一天進去剛好是過年期間，是很忙的時期，真的就像地獄一樣忙得不行，但是大家都很好，真的讓我很安心，覺得我來對地方也說不定。

後來經歷過過年高峰後，隨著進入淡季，工作節奏稍微穩定，我開始慢慢掌握流程與工作技巧。從湯區、吧台到飯菜班，每一個站位都有不同挑戰。剛開始我會害怕出錯、影響他人進度，也不太敢發問，常常選擇自己扛，但後來發現適時求助不僅能加快學習效率，也能減少錯誤發生。這是我最大的突破之一。

同時，我的慢熱個性也在實習中有了改變。從一開始不敢與人交談，到後來能夠和同事們輕鬆互動，是因為有位比我年輕但非常有耐心且熱情的同事，總會主動與我聊天、教導我流程，他讓我感到被接納，也學習到如何與人相處。

在這次實習中，我不僅學會了內場各項技能，更重要的是體會到職場合作、互助的重要性，提升了我的臨場反應與抗壓能力。雖然實習內容與我的本科系（日文）關聯不大，但也會與同事用日文互相打鬧。最重要的是，我學到了學校學不到的事情，這段經驗對我來說是一次成長與自我挑戰的歷程。



下班後與同事聊工作相關事宜(同事視角)



員工聚餐

檢討建議(含對自我和學校課程的檢視與建議)：

雖然我主修日文，想在畢業前挑戰與自己所學不同的領域，因此選擇申請王品集團陶板屋廚藝組的實習。主要原因：

第一，我曾在餐飲業的外場打工，這次想嘗試內場學習體驗，了解內場的餐飲運作流程，大開眼界。

第二，我認為實習不一定要侷限在本科相關領域，職場需要的是多面向能力，特別是溝通協調、團隊合作、抗壓與責任感，這些在王品這樣制度完善的企業中都能實際體驗與磨練，主廚的一句話一直讓我念念不忘，要在正確的時間點做正確的事，聽起來很理所當然，卻是指引我前進方向的重要信念，是我實習過程中每天都在努力實踐的一句話。

第三，王品集團在台灣餐飲業擁有極高知名度與規模，其訓練制度完善、職場氣氛良好，我希望藉由實習觀察企業文化、學習高效率的工作模式，思考未來職涯方向。

實習結束後，我學到的不僅是料理技巧與職場基本能力，更學到與人共事的重要，理解服務精神與職場應對的彈性與成熟度。雖然不是與本科完全相關的實習，但對我個人成長與職涯探索有很大幫助。

對實習機構與日後想到該機構實習的學弟妹之建議：

王品集團的實習內容雖然與文藻大多數科系無直接相關，但若你是希望挑戰自己、體驗職場現場，特別是磨練刀工、體力、抗壓性與團隊合作，重要的是思路

清晰，這裡會是一個很有制度也能學習很多的地方。

相對地，如果你希望的是與本科系專業技能緊密連結的實習，這裡可能就不符合期待。建議大家可以根據自己的實習目的來做選擇，也要對自己目標與收穫保持彈性和開放的心態。