

國立頭城高級家事商業職業學校 113 學年度第 1 學期 美容科暑期(112-2)校外實習檢討會議記錄

時間：113 年 9 月 19 日(四)下午 14:10~16:00

地點：階梯教室

壹、主席致詞(陳珮玲老師)

- 一、本次暑期校外實習期間：113 年 7 月 1 日至 113 年 7 月 21 日。
- 二、實習班級：203 班 2 人；214 班 15 人。
- 三、實習店家：小林髮廊南昌店、小林髮廊欣怡店、小林髮廊宜蘭店、小林髮廊竹圍店、小林髮廊興東店、小林髮廊永立店、俊誠造型工作室、春憶髮藝工作室、上越髮型美容院、小林髮廊雙美店。
- 四、大家一定對實習的體驗有非常多的心得與收穫，接下來請各組分享報告。

貳、各組實習同學分享報告

- 一、上越髮型延平店：這次的實習體驗對我來說,是相當特別的一個經驗，因為以往打工都是只有接觸餐飲類的,而美髮行業這是第一次這間店因為只有我一個實習生的原因所以我其實也特別緊張，尤其還是跑到台北去，但還好店家的設計師及助理們都非常的親切，也很有耐心的教我任何事,讓本來就很緊張的我能夠放心的來學習，為了讓我在三年級的實習不會太生疏，於是我就想說藉由此次機會，能夠先大致體會美髮行業的工作流程。
- 二、小林髮廊宜蘭店：實習的這 15 天,學到了很多在學校學不到的技術,助理姐姐們都很照顧我們，只要我們有任何問題他們都會幫助我們，如果有機會都會讓我們互洗來做練習，或是直接下場洗客人，第一次洗客人緊張到手一直在抖,設計師跟姐姐們都會鼓勵我們。
- 三、小林髮廊南昌店：經過 15 天實習期間，讓我對業界有了一定的認知基礎，大概的工作模式以及融入團體相處的過程，設計師們和助理姊姊們對實習生很友善，會特別照顧，有耐心的教我如何洗頭、按摩等技術，會在我不適應陌生環境時和我聊天、友善的互動，就像朋友一樣。
- 四、小林髮廊興東店：這是我第一次實習一開始去很緊張會很無聊我當下的想法是早知道就不要來了但越後面越熟悉環境跟設計師們學的事情也越來越多就不會像一開始一樣那麼緊張也不會覺得無聊，而且設計師有空的時候都會一教我們躺洗坐洗吹頭髮技巧還有按摩，這短短的 15 天我學到了很多，以上這是我的心得。
- 五、小林髮廊欣怡店：這次是我第二次去小林實習差不多一天就下現場了，因為小林的項目以及sop都非常相似，所以非常快速的熟悉，所以非常建議各位學校有實習活動就主動去不用到畢業後才接觸職場可能會比同齡人更慢。欣怡店的各位主管以及助理都非常的友好在實習期間也可以看到很多不同個性不同問題的客人和處理方式是一次很特別的旅程。
- 六、台北政大 Jplus 髮廊：對於即將開始的美髮實習充滿了憧憬。在一家著名沙龍中實習，對新工具和技巧充滿好奇，雖然在美容學校學到的知識很多，但面對真實的客人和忙碌的環境，仍然感到挑戰。隨著時間推移，開始參與實際操作，如洗頭和塗抹護髮產品，儘管手法不夠熟

練，虛心接受建議並不斷改進，逐步提升自信。實習結束時，掌握了更多技術，學會了如何與顧客建立良好關係，對未來充滿信心，準備迎接新的挑戰和機遇。

七、台北小林髮廊雙美店：這3個禮拜實習完我學到了些平常在學校不會學到的按摩手法跟店裡的洗頭方式怎麼快速洗完一顆頭並且又要洗的乾淨，然後還有客人進來的時候要帶位及詢問茶水最重要的下班大家會一起分配打掃工作做完了就可以下班。

八、小林髮廊永立店：實習的期間，我最常聽到的話是多聽、多看、多學，聽到耳朵都要長繭了，心想著一直看操作真的能學到嗎？而且剛開始什麼都還不懂除了看以外就是帶位跟折毛巾，差點心態炸裂。但是多看是有用的，看過之後腦袋就有那個畫面讓自己能很快速學習洗頭，護髮跟去角質也能輕鬆的上手，設計師們有時候會趁沒人的時候教按摩跟護髮之類的，也願意傳授自己的技術及經驗，還會聊聊家常(? 設計師們人真的都好好!! 而且面對客人都笑笑的又很會聊天，真的好厲害!!

參、提案討論：無。

肆、臨時動議：無。

伍、主席：聽了各位同學的分享，相信大家都非常有收穫，而且也讓大家體驗真實的職場環境，和店家的經營運作，希望學弟學妹們有任何的問題，都可以請教學長學姊們，今天的檢討會到此結束，謝謝大家的參與。

陸、散會：16:00 分。