

Unabhängig davon, welche Art von Praktikum du absolvierst: Es ist wichtig, deine Erwartung an das Praktikum vorab festzulegen, damit dieses dir den gewünschten Nutzen bringt und du nicht wertvolle Zeit vergeudest. Deshalb hier die wichtigsten Tipps für ein erfolgreiches Praktikum:



1. Lege deine Erwartung an das Praktikum fest
Dir darüber klar zu werden, welche Erwartungen du an dein Praktikum hast bzw. welche Ziele du mit der Absolvierung deines Praktikums erreichen möchtest, ist der erste wichtige Schritt in Richtung Praktikumserfolg. Stell dir hierfür am besten folgende Fragen:

- Was erhoffe ich mir/welche Ziele möchte ich erreichen? (z.B. zusätzliche Skills erlernen, Berufserfahrung sammeln oder eine klarere Vorstellung über ein bestimmtes Berufsfeld erlangen)
- Wie stelle ich mir die Tätigkeitsinhalte und den Arbeitsalltag vor?

2. Sei offen und aufgeschlossen für Neues. Mache dir aber auch die Grenzen bewusst. Du sollst Strukturen und Abläufe kennenlernen und unterstützend tätig sein. Du sollst aber nicht Handlanger spielen müssen oder gar Verantwortungen übernehmen, die über deine Kapazitäten hinausgehen. Falls dir etwas „Spanisch“ vorkommen sollte, melde das bitte umgehend zurück!

3. Sei aber auch realistisch, was deine Praktikumsstätigkeiten angeht:
Setze deine Erwartung an das Praktikum in Bezug auf deine Tätigkeiten nicht zu hoch. Als Praktikant:in bist du kein:e voll ausgebildete:r Mitarbeiter:in mit Berufserfahrung. Gib dir auch bei scheinbar simplen, wenig herausfordernden Aufgaben Mühe und lass diese nicht deine Motivation einschränken. Führst du leichte Tätigkeiten professionell und zuverlässig durch, stehen die Chancen höher, dass dir komplexere Aufgaben zugeteilt werden. Denke zudem daran, dass fest angestellte Mitarbeiter:innen sich ebenfalls um Routineaufgaben kümmern müssen und sieh das Ganze als einen wahrheitsgetreuen Einblick in dieses Berufsfeld und das spätere Berufsleben.

Suche früh ein Gespräch mit der für dich zuständigen Person, in der du diesen Sachverhalt (2 und 3) ansprichst und darum bittest, bestmögliche Einblicke in den Alltag zu erhalten und Grenzen abzustecken (Was darf ich tun? Was nicht?)

4. Zeige Motivation, Lernbereitschaft und Eigeninitiative

Wickelst du eine Aufgabe frühzeitig ab oder hast nichts zu tun, frage nach, wie du sonst noch helfen könntest oder ob du einem anderen Mitarbeiter vielleicht bei seiner Arbeit über die Schulter schauen dürftest. Es kommt außerdem sehr gut an, eigene Vorschläge und Ideen einzubringen. Indem du so viel Lernbereitschaft, Eigeninitiative und Motivation wie möglich zeigst, nimmst du den maximalen Erfolg sowie neue Kenntnisse, Skills und Erfahrungen aus deinem Praktikum mit.

5. Achte darauf, Praktikumsfettnäpfchen zu vermeiden

Auch für Praktika existiert eine Verhaltensetikette, an die du dich halten solltest. Zudem gibt es gewisse No-Gos, die du stets vermeiden solltest. Hierunter fallen:

- Sei stets höflich und zuvorkommend
- Frage nach, falls etwas unklar ist
- Überziehe deine Pausen nicht
- Nutze dein Handy und den Firmencomputer nicht für private Angelegenheiten und generell: nicht während der Arbeitszeit!
- Stelle viele Fragen, denn dies zeigt Interesse
- Achte auf Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit

6. Falls es Schwierigkeiten gibt, sprich diese an

Es ist verständlich, dass du bei deinem Betreuer bzw. deiner Betreuerin den bestmöglichen Eindruck hinterlassen möchtest, dies bedeutet allerdings nicht, dass du aufkommende Probleme nicht ansprechen solltest. Die meisten solcher Situationen lassen sich mit ein paar einfachen Fragen aus der Welt schaffen.

7. Nutze das Praktikum als Chance die Abläufe/Betriebe gut kennenzulernen

Unabhängig von der Berufserfahrung und den Skills, die du während deines Praktikums sammelst, solltest du unbedingt darauf achten, diese Zeit gut zu nutzen. Dies kann dir in deinem späteren Berufsleben als Erfahrungsschatz weiterhelfen.

8. Führe ein Praktikumsprotokoll

Was hast du während deines Praktikums denn überhaupt gelernt und getan? Welche Erwartung an das Praktikum hattest du und welche Erfahrung hast du letztlich mitgenommen? Ein Praktikumsprotokoll hilft dir bei der Beantwortung dieser Fragen. Schreibe dir täglich auf, welche Aufgaben du durchgeführt hast, was du von Mitarbeiter:innen gelernt hast und alles, was du sonst noch in deinem Praktikumsalltag erlebt hast. Dies hilft dir später auch bei der Rekonstruktion deiner Praktikumerfahrung für Bewerbungen oder Vorstellungsgespräche.

9. Frage nach einem Praktikumszeugnis/einer Praktikumsbescheinigung

Arbeitgeber:innen, bei denen du dich bewirbst, fragen unter Umständen nach Nachweisen für deine bisherigen Praktika, Weiterbildungen und Co. Stelle also sicher, am Ende deines Praktikums ein Praktikumszeugnis oder eine Art Bescheinigung für dein Praktikum als Nachweis zu erhalten.

10. Drücke Dankbarkeit und Wertschätzung aus

Zu guter Letzt ist es gegen Ende deines Praktikums angebracht, dich bei den Kollegen und Kolleginnen entweder persönlich oder mit einer Rundmail zu bedanken