

MUTMACHER-RATGEBER

für das perfekte Praktikum



WIE DU PRAXISERFAHRUNG SAMMELST,
DIE DICH WIRKLICH WEITERBRINGT

MEIN **MUTIGER** WEG

MEIN MUTIGER WEG

MUTMACHER-RATGEBER

für das perfekte Praktikum

Dieser Ratgeber ist für alle, die durch sinnvolle, praktische Erfahrungen ihr Wissen über Berufe vertiefen und ihren Traumjob finden wollen.

Impressum

MEIN MUTIGER WEG GbR
Ahornstraße 7
D-76846 Hauenstein
kontakt@mein-mutiger-weg.de

Texte: © Copyright by MEIN MUTIGER WEG
Design: © Copyright by MEIN MUTIGER WEG
Fotos: © Copyright by MEIN MUTIGER WEG

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung vorbehalten. Vervielfältigungen und Reproduktionen in jeglicher Form bedürfen der schriftlichen Genehmigung durch Pascal Keller.

Mehr Informationen unter:
www.mein-mutiger-weg.de

Vorwort

Wenn du dich dazu entschließt, einen Berufswunsch tiefer zu erforschen und ein Praktikum zu machen, ist dies leichter gesagt als getan.



Wie finde ich ein **passendes** Unternehmen?

Was muss ich **beachten**, bevor ich mein Praktikum beginne?



Wie **bewerbe** ich mich richtig?

Wie kann ich **möglichst viel** aus der Erfahrung mitnehmen?

Glaub mir: Du bist nicht alleine, wenn du dir diese Fragen schon mal gestellt hast. Für die meisten jungen Menschen ist es eine Herausforderung, sich selbständig Praktika zu organisieren, die sie wirklich weiterbringen.

Deshalb habe ich dir hier in diesem Leitfaden alle wichtigen Informationen zusammengestellt die du brauchst, um das Beste aus deinem Praktikum zu machen.

Du erfährst, warum Praktika wichtig sind, wie du geeignete Unternehmen recherchierst, dich richtig bewirbst und letztendlich einen passenden Platz bekommst, was zur Vorbereitung auf das Praktikum wichtig ist und was du am Ende mit deinen neu gewonnen Erkenntnissen anfangen kannst.

Wenn du über deinen eigenen Schatten springst, wirst du schnell merken, wie enorm wichtig Praktika für deine eigene Klarheit und Sicherheit sind.

Inhalt

- 02** Vorwort
- 04** Warum Praktika so wichtig sind
 - 06** Die Vorbereitung
 - 07** Deine Kriterien
 - 09** Einen Praktikumsplatz finden
 - 20** Während des Praktikums
 - 24** Nach dem Praktikum
- 26** Zum Abschluss...

Warum Praktika so wichtig sind

Immer wieder kommen Schülerinnen und Schüler auf uns zu und sagen Dinge wie ...



*„Ich könnte mir vorstellen, dass dieser Beruf der richtige für mich ist,
aber ich würde ihn gern erstmal ausprobieren“*

oder

*„Es gibt so viele verschiedene Berufe in einem Bereich
und ich kann mich nicht entscheiden“.*



Sicherlich hast auch du schon mindestens einmal einen dieser Sätze gesagt oder gehört! Sie verdeutlichen kurz und knapp, warum Praktika extrem wichtig und hilfreich sind: du machst praktische Erfahrungen im direkten Arbeitsumfeld.

Was bedeutet das konkret?

Indem du mehrere Tage oder Wochen Zeit in einem Unternehmen verbringst und dort beobachten, Fragen stellen und natürlich selbst aktiv werden kannst, bekommst du ein immer detaillierteres Bild von einem konkreten Beruf – untermauert mit echten Erfahrungen.

WICHTIG, weil es immer wieder Missverständnisse gibt (bei Unternehmen, aber auch bei Schülerinnen und Schülern):

Ein Schülerpraktikant oder eine Schülerpraktikantin ist kein Ersatz für eine Arbeitskraft. Es geht für dich mehr darum, anderen über die Schulter schauen zu dürfen, als den kranken Mitarbeiter im Unternehmen zu vertreten. Trotzdem solltest du aktiv eingebunden sein und typische Aufgaben erledigen können, um guten Einblick in den Beruf zu bekommen. Kaffee kochen allein ist nicht der Sinn der Sache.

Durch das Praktikum:

- schnupperst du mit wenig Zeitaufwand in Branchen und Berufe rein, die spannend für dich sind und machst wertvolle Erfahrungen
- kannst du häufige Tätigkeiten in dem Beruf selbst ausprobieren und schauen, wie es dir gefällt, was dir Spaß macht und was nicht
- lernst du den realistischen Arbeitsalltag bei deinem eventuellen zukünftigen Arbeitgeber kennen
- bekommst du von langjährigen Experten Antworten auf alle Fragen, die du zum Beruf und dem Weg dorthin (Ausbildung / Studium / ...) hast

Zusätzlich kannst du wertvolle Kontakte zu Führungspersönlichkeiten oder Mentoren knüpfen, die für deine berufliche Zukunft wertvoll sind. Allgemein kann man sagen, dass Praktika die beste Möglichkeit sind, Berufe zu testen, die für dich in der engeren Auswahl stehen.

Klar soweit? Dann lass uns direkt in die Vorbereitung deines Praktikums starten!

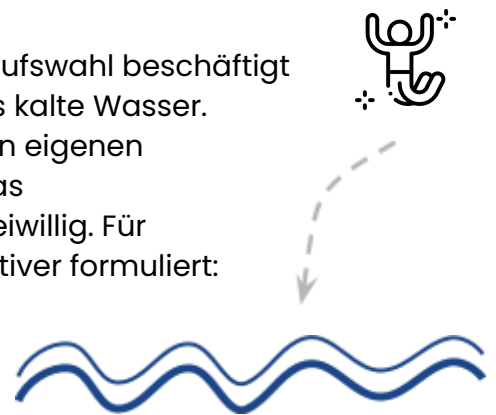
Die Vorbereitung

Zu Beginn ist es wichtig zu wissen, dass es für Schülerinnen und Schüler zwei verschiedene Arten von Praktika gibt:

1. das Pflichtpraktikum und
2. das freiwillige Praktikum.

Pflichtpraktika sind je nach Schulform in den Klassenstufen 8–11 vorgesehen und fester Bestandteil des Lehrplans. Während des Schuljahres gehen alle Schülerinnen und Schüler in einem bestimmten Zeitabschnitt (meist ein bis drei Wochen) in ein Unternehmen und schreiben im Anschluss einen Praktikumsbericht.

Für viele, die sich vorher noch nicht ausführlich mit ihrer Berufswahl beschäftigt haben, fühlt sich das Pflichtpraktikum an, wie ein Sprung ins kalte Wasser. Das Unternehmen entspricht, wenn überhaupt, nur grob den eigenen Vorstellungen – und „sowieso, ist es ja eigentlich Schule“. Das freiwillige Praktikum dagegen ist – wie der Name verrät – freiwillig. Für Schulpflichtige bedeutet das: Ferienzeit „opfern“ (oder positiver formuliert: „in die eigene Zukunft investieren“).



Der Vorteil von freiwilligen Praktika:

- Du bist bei der Wahl des Unternehmens, dem Standort und der Praktikumsdauer völlig frei. Es gibt keine Vorgaben von der Schule, die du erfüllen musst.
- Die Suche nach Praktika ist einfacher, weil sich nicht hunderte Schülerinnen und Schüler gleichzeitig in einer Stadt auf Plätze bewerben.
- Du musst keinen Praktikumsbericht verfassen oder Präsentationen ausarbeiten.
- Du kannst so viele freiwillige Praktika machen, wie du magst. Praktika sind bei zukünftigen Arbeitgebern sehr gern gesehen und du knüpfst jedes mal aufs neue wertvolle Kontakte, die dir später den Einstieg ins Berufsleben erleichtern können. Außerdem lernst du in jedem Praktikum neue Dinge, die dir bei der Berufswahl helfen werden.

Du siehst, es gibt viele Vorteile, deine geliebte Ferienzeit für Praktika zu nutzen. Aber wie fängst an, wenn du dich entschieden hast, ein (freiwilliges) Praktikum zu machen?

Deine Kriterien

Der erste Schritt ist eine generelle Zielsetzung, in der du den Rahmen für dein Praktikum – also deine Kriterien – festlegst.

Dazu gehören:

→ der **BERUFLICHE BEREICH**, in dem du das Praktikum absolvieren willst:

- ☐ Im Idealfall hast du bereits deine Goldenen Drei definiert und entscheidest dich für einen der drei Berufe.
- ☐ Zusätzlich dazu kannst du noch zwei bis drei ähnliche Berufe festlegen, die du in deine Suche einschließt. Damit erhöhst du die Wahrscheinlichkeit, einen guten Praktikumsplatz in deinem Suchradius zu finden.
- ☐ Denk dran, für alle Berufe in deiner Auswahl jeweils ein Jobprofil auszufüllen, um sicherzustellen, dass du bereits vor dem Praktikum gut informiert bist.
- ☐ Falls du noch unsicher bist, lege erstmal nur das Berufsfeld fest, in dem du nach einem Praktikum suchen willst.

→ der **ZEITRAUM**, den du dir für dein Praktikum blocken willst

- ☐ Machst du ein Pflichtpraktikum von deiner Schule aus? Dann ist der Zeitraum von deiner Schule vorgegeben.
- ☐ Hast du dich für ein freiwilliges Praktikum entschieden? Dann suche dir einen möglichen Termin in deinen Ferien raus und blocke ihn in deinem Kalender, damit deine Familie nicht zufällig genau dann in den Urlaub fahren will.
- ☐ Wie lang soll das Praktikum dauern? Von ein paar Tagen bis vier Wochen ist meist alles möglich. Denk dran, dass du mehr Erfahrungen machst und Verantwortung übernehmen kannst, je länger du in einem Unternehmen bist.

→ die **GRÖÖE** des Betriebs, in dem du das Praktikum machen willst:

- ☐ Je nachdem, was dein Ziel mit dem Praktikum ist, kann es sinnvoll sein, nach Unternehmen einer bestimmten Größe zu suchen.
- ☐ Kleinere Betriebe sind oft dann empfehlenswert, wenn du einen Überblick über verschiedene Bereiche bekommen und mehrere unterschiedliche Aufgabenfelder im Unternehmen ausprobieren willst. Du bekommst in kleineren Unternehmen im Normalfall mehr Verantwortung und lernst

während des Praktikums das ganze Unternehmen kennen. Außerdem kommst du meist leichter an einen Praktikumsplatz.

Wenn du schon eine klare berufliche Richtung vor Augen hast und weißt, dass die Konzernwelt etwas für dich ist, sind größere Unternehmen besser geeignet. Hier ist es schwieriger, einen Platz zu bekommen, weil sich viele Menschen auf wenig Plätze bewerben. Der Vorteil eines Praktikums bei einem bekannten Unternehmen? Oft gibt es dort gesonderte Programme für Praktika, die gut durchdacht und organisiert sind. Außerdem macht es einen guten Eindruck bei späteren Arbeitgebern, falls du dich später mal in dem Bereich bewirbst.



Praktika bei Selbständigen sind unüblich, aber auch möglich. Dort wirst du viel von der Expertise deines Mentors oder deiner Mentorin profitieren und eng an Projekten zusammenarbeiten. Eine Überlegung wert, wenn die Selbständigkeit für dich in Frage kommt.



→ der **SUCHRADIUS**, innerhalb dessen du ein Unternehmen finden willst:



Wo wirst du während des Praktikums wohnen? Wie weit entfernt von diesem Ort dürfte dein Praktikumsplatz maximal liegen? Lege den Bereich fest, in dem du später nach Unternehmen Ausschau hältst.



Überlege auch, ob es möglich ist, für die Dauer des Praktikums bei Verwandten oder Freunden zu wohnen. Das erweitert das Suchgebiet im Idealfall um ein Vielfaches.



Mach dir auf jeden Fall zu allen genannten Punkten Notizen und stecke den Rahmen für dein Praktikum ab.

... Fertig? Sehr gut, dann kann es weitergehen!

Als nächstes geht es darum, wie du jetzt eigentlich einen passenden Praktikumsplatz für dich findest.

Einen Praktikumsplatz finden

Ein Praktikumsplatz zu finden kann ganz schön frustrierend sein. Vor allem dann, wenn du keine klare Strategie verfolgst und den Überblick verlierst. Deshalb ist es wichtig, dir vorher zu überlegen, wie du vorgehen willst.

Unsere Empfehlung: folge Schritt für Schritt diesem Ratgeber, in den die Erfahrungen von hunderten Schülerinnen und Schülern eingeflossen sind.

Erster Schritt: Die Recherche



Im ersten Schritt legst du eine Liste aller möglichen Unternehmen an, bei denen du ein Praktikum machen könntest. Dafür kannst du die [Vorlage "Recherche Praktikumsplätze"](#) nutzen.

In die erste Spalte der Vorlage kommt der Unternehmensname, die zweite ist für den Ort des Unternehmens (hier kannst du auch die Distanz zu deinem Wohnort eintragen, falls das für dich relevant ist) und in die dritte Spalte kommt die Recherchequelle, über die du das Unternehmen gefunden hast bzw. der Name der Person, die dir den Tipp gegeben hat. Spalten 4 bis 6 sind für die jeweiligen Ansprechpartner zum Thema "Praktikum" und ihre Kontaktdaten. Wenn du diese noch nicht direkt ausfindig machen kannst, lass die Felder erstmal frei.

Leg dir am besten deine Kriterien für das Praktikum (aus dem Abschnitt "Vorbereitung") bereit und gehe die folgenden Recherchequellen Schritt für Schritt durch:



- **PERSÖNLICHE KONTAKTE**

Die beste Quelle für Praktikumsplätze sind immer noch Empfehlungen aus dem persönlichen Umfeld. Erzähl deinen Eltern, Freunden, Klassenkamerad:innen, Lehrenden, Nachbar:innen und den anderen Teilnehmenden auf dem Traumjob Campus von deiner Suche und erkläre, was genau deine Kriterien sind (Bereich, Größe des Betriebs, Suchradius). Oft kennt jemand jemanden, der dir weiterhelfen kann.

Vergiss auch nicht, die Menschen zu fragen, die du schon durch Job Interviews oder auf Messen kennengelernt hast.

Sei mutig und frag einfach mal nach, ob jemand Kontakte hat, die er weitergeben kann. Du wirst schnell sehen, dass Menschen dein Engagement zu schätzen wissen und unterstützen wollen!

Tipp:

Nutze eine Broadcast Liste auf WhatsApp, um 15–20 Kontakte aus deinem weiteren Umfeld anzuschreiben, ohne eine extra Gruppe für alle zu erstellen. Die Nachricht könnte in etwa so aussehen:

Hey :)

Ich hoffe, es geht dir gut! Ich habe eine kleine Frage an dich:

Ich mache ja bald meinen Schulabschluss und bin zur Zeit viel am überlegen, wie es für mich nach der Schule beruflich weitergeht. Mein bisheriger Stand ist, dass die drei Berufe [hier deine Goldenen Drei einfügen] gut zu mir passen könnten. Um zu testen, ob ich recht habe, will ich ein Praktikum im Bereich [dein Wunschbereich für das Praktikum] machen. Ich suche dafür idealerweise [ein kleines / großes Unternehmen / Konzern / eine selbständige Person] in [Stadt bzw. Städte, die als Standort in Frage kommen] und Umgebung.

Hast du eine Idee, wo ich mein Praktikum machen könnte? Oder kennst du Menschen, die in dem Bereich arbeiten, die ich vielleicht fragen könnte?

Danke schonmal für deine Hilfe! :)
[Dein Name]



- **SOCIAL MEDIA**

Soziale Netzwerke wie Instagram, Snapchat und co. können auch eine gute Quelle für Kontakte sein. Gerade, wenn du viele Follower hast, solltest du diese Möglichkeit auf jeden Fall nutzen.

Poste dazu einfach, wonach du suchst (als Bild mit Text oder Video) oder erzähle in einer Story davon. Menschen sind happy, wenn sie anderen Menschen helfen können.



- **INTERNETRECHERCHE**

Der klassische Weg führt über Google. Gib als Suchbegriff deinen gewünschten Bereich / Beruf und dahinter den Ort ein und scanne die Suchergebnisse nach Unternehmen in der Region. Auch die [Gelben Seiten](#) können ein guter Anlaufpunkt sein.

Außerdem kannst du Praktikumsbörsen nutzen, um nach ausgeschriebenen

Praktikumsstellen zu suchen. Nicht alle dort gelisteten Möglichkeiten sind explizit Schülerpraktika, aber es schadet nicht, die Unternehmen trotzdem in deine Liste aufzunehmen. Gute Praktikumsbörsen sind zum Beispiel:

- <https://www.praktikum.info/>
- <http://www.praktikumsstellen.de/>
- <https://www.meinpraktikum.de/>
- <https://www.praktika.de/>
- <https://karriere.unicum.de/praktikum>

Wenn du mit deiner ersten Recherche fertig bist, hast du hoffentlich eine lange Liste von Unternehmen, die potentiell zu deinem Praktikumswunsch passen. Glückwunsch!

Als nächstes findest du mehr über die Unternehmen auf deiner Liste heraus, um abzuschätzen, wo sich wirklich ein erster Anruf lohnt. Stöbere auf den Websites der Unternehmen und schau, ob dich ihr Auftritt anspricht. Bringe am besten zusätzlich folgende Informationen in Erfahrung:

- Branche des Unternehmens
- Anzahl der Mitarbeiter (am Standort)
- Gründungsjahr (des Unternehmens insgesamt und des Standorts)
- Produkte und Dienstleistungen, die das Unternehmen anbietet
- Berufsbilder, die im Unternehmen vertreten sind (neben dem, weshalb du das Praktikum machen willst)

Informiere dich außerdem auf Arbeitgeber-Portalen wie [kununu](#) oder [glassdoor](#). Dort können nämlich (ehemalige) Mitarbeiter und Praktikanten das Unternehmen bewerten und du findest heraus, ob es eine gute Idee ist, dort dein Praktikum zu machen.

Fertig? Super! Dann setze für jedes recherchierte Unternehmen auf deiner Liste ein Kreuz in Spalte 7 und markiere damit, dass die Recherche abgeschlossen ist. Auf Grundlage deiner Erkenntnisse vermerkst du als nächstes jedes Unternehmen mit einem Kreuz in Spalte 8, das für dich in die engere Auswahl kommt. Das sollten je nach Bereich 10–20 Stück sein.

Falls du sie noch nicht kennst, finde für alle Unternehmen in deiner Auswahl jeweils die Ansprechpartner mit ihren Kontaktdaten heraus und trage sie in die Spalten 4 bis 6 in deiner Recherche Übersicht.

Nice, du hast den ersten wichtigen Schritt geschafft!

Zweiter Schritt: Erwartungen definieren

Wahrscheinlich scharrst du gerade schon mit den Hufen und willst endlich loslegen mit der Ansprache geeigneter Unternehmen. Ich muss dich aber nochmal für einen kurzen Moment bremsen. Denn bevor du dich an den Hörer hängst und deine Liste durch telefonierst, solltest du noch einmal ganz konkret deine Erwartungen definieren. Was genau willst du eigentlich vom Praktikum?

Deine Erwartungen festzulegen hat mehrere Vorteile:

- Du kannst dem Unternehmen genau sagen, was du willst und gibst dem Betrieb so die Chance, besser auf deine Wünsche einzugehen.
- Du steckst Kriterien ab, anhand derer du dich für oder gegen ein mögliches Praktikum entscheiden kannst. Wenn zu wenige deiner Erwartungen erfüllt werden könnten, ist das Praktikum vielleicht nicht geeignet.
- Du definierst Ziele, die dir während des Praktikums immer wieder eine Orientierung geben und dich anspornen, auf Menschen zuzugehen.
- Definierte Erwartungen und Wünsche machen den Erfolg deines Praktikums messbar. So kannst du danach schauen, ob du wirklich gelernt oder erfahren hast, was du wolltest.

Du siehst, es lohnt sich, deine Erwartungen zu definieren. Am besten schnappst du dir Zettel und Stift, wirfst nochmal einen Blick auf deine Auswahl von Unternehmen und beantwortest die folgenden Fragen schriftlich:



-
- ☐ Was willst du im Praktikum lernen?
 - ☐ Welche Informationen hoffst du zu erhalten? Auf welche Fragen willst du Antworten bekommen?
 - ☐ Welche Aufgaben oder Tätigkeiten willst du ausprobieren?
 - ☐ Welche Vermutungen willst du überprüfen?
 - ☐ Welche Erfahrungen willst du machen?
 - ☐ Was sollte im Praktikum nicht passieren? Was kann ich tun, um das zu verhindern?
 - ☐ Welche Ziele verfolgst du generell mit dem Praktikum? Was wäre der absolute best case, also wann wäre das Praktikum für dich ein voller Erfolg?
-

Hast du deine Erwartungen festgehalten? Gut, dann greifen wir jetzt zum Hörer...

Dritter Schritt: Erstkontakt

Es wird spannend – du rufst gleich die Unternehmen in deiner Auswahl an...

Doch davor lege dir noch eine Liste an, auf der nur die Unternehmen stehen, die du anrufen willst. Mit dieser Liste behältst du einen Überblick über den Fortschritt im Bewerbungsprozess. Am besten nutzt du dafür die [Vorlage "Fortschritt Praktikumsplatz"](#).

Trage dort in Spalte 1 alle Unternehmen untereinander ein, die du zuvor mit "Will ich anrufen" markiert hast. Außerdem legst du dir etwas zum Schreiben und die Liste mit deinen Kriterien und Erwartungen bereit.



Jetzt rufst du an. Unternehmen für Unternehmen.
Dabei ist der Ablauf des Gesprächs immer ähnlich:

1. Gesprächspartner meldet sich

→ direkt den Namen aufschreiben

2. Begrüßung und Interesse bekunden

„Guten Tag Frau Busch, mein Name ist Marie Müller. Ich bin Schülerin der 11. Klasse und würde gern in Ihrem Unternehmen ein Schülerpraktikum in den Sommerferien machen. Bin ich da bei Ihnen richtig?“

3. ... wenn die richtige Ansprechperson am Hörer ist: fragen, ob sie einen Moment Zeit hat

„Sehr gut. Haben Sie einen kurzen Moment Zeit?“

4. wenn ja: kurze Beschreibung der eigenen Motivation (Was könnte das Unternehmen an dir spannend finden?) und Frage nach der Möglichkeit für ein Praktikum

„Ich liebe Architektur und würde gern nach meinem Abitur in dem Bereich einsteigen. Innenarchitektur finde ich dabei besonders spannend. Ich plane auch schon regelmäßig für Freunde und Familie die Einrichtung und Gestaltung von Zimmern und Wohnungen. Die Verbindung von Ästhetik und Funktionalität finde ich einfach total spannend. Ich würde deshalb gern mein Praktikum in einem Team von Innenarchitekten machen, um mal einen Eindruck zu bekommen, wie sowas professionell abläuft. Sehen Sie da eine Möglichkeit für mich?“

5. wenn ja: nächste Schritte besprechen, Rückfragen beantworten (z.B. nach dem genauen Zeitraum) und evtl. nach Tipps für die Bewerbung fragen (Was soll rein? Wohin und wie zuschicken? Irgendwas wichtiges zu beachten?)

wenn nein: nach sinnvollem Termin für erneuten Anruf fragen

6. bedanken und verabschieden

„Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit für mich genommen haben. Auf Wiederhören!“

7. alles sauber dokumentieren: Zeitpunkt und Gesprächspartner, Ergebnisse des Gesprächs (Spalten 2 und 3 in der Vorlage)

Manchmal kann es sein, dass du die zuständigen Ansprechpartner:innen im Unternehmen nicht erreichst oder dass nicht klar ist, wer dir Auskunft geben kann. In so einem Fall ist es sinnvoll, nach deinem ersten Anruf eine Email zu schicken. Die kann in etwa so aussehen:

Betreff: *Anfrage Schülerpraktikum*

Sehr geehrter Herr Blume,

mein Name ist Marie Müller und ich bin Schülerin der 11. Klasse. Ich habe Sie heute Mittag versucht zu erreichen, doch Ihr Kollege Herr Baum meinte, ich solle mich mit meinem Anliegen lieber per Email bei Ihnen melden. Deshalb schreibe ich Ihnen hier.

Ich stehe gerade vor der wichtigen Entscheidung, wie es nach der Schule für mich weitergeht und würde gern in den Sommerferien ein Schülerpraktikum in Ihrem Architekturbüro machen. Warum? Ich liebe Architektur und will nach meinem Abitur in dem Bereich einsteigen.

Innenarchitektur finde ich dabei besonders spannend. Ich plane bereits regelmäßig für Freunde und Familie die Einrichtung und Gestaltung von Zimmern und Wohnungen. Die Verbindung von Ästhetik und Funktionalität finde ich dabei sehr spannend. Ich würde gern mein Praktikum in einem Team von Innenarchitekten machen, um einen Eindruck zu bekommen, wie diese Arbeit professionell abläuft.

Konkret geht es um den Zeitraum vom 01.08. bis 15.08. diesen Jahres.

Falls Sie eine Möglichkeit für mich sehen, geben Sie mir bitte bescheid, welche Dokumente Sie in meiner Bewerbung auf jeden Fall brauchen, wohin ich meine Bewerbung schicken kann und ob es von Ihrer Seite noch irgendwas wichtiges zu beachten gibt.

Bei Rückfragen erreichen Sie mich jederzeit per Email oder telefonisch unter der 0177 123 45 67.

Ich bin gespannt auf Ihre Antwort und wünsche Ihnen noch eine schöne Restwoche.

*Mit freundlichem Gruß
Marie Müller*

Tipp:

Alternativ zu einem Anruf oder einer Mail kannst du dem Unternehmen auch einen Besuch vor Ort abstatten. Gerade, wenn du eh in der Nähe wohnst, bietet sich diese Möglichkeit an – und du hinterlässt einen besonders engagierten Eindruck bei den Verantwortlichen.

Vierter Schritt: Die Bewerbung

Du hast jetzt alle wichtigen Informationen beisammen, um dich auf einen Praktikumsplatz zu bewerben und sogar den ersten Kontakt per Telefon oder Email hergestellt. Als nächstes stellst du deine Bewerbungsunterlagen zusammen und schickst alles ab.

Im Normalfall ist die Bewerbung auf ein Schülerpraktikum weniger umfangreich, als wenn du dich auf einen Job bewerben würdest.

Typischerweise reichen

- ein ANSCHREIBEN, in dem du
 - auf das letzte Gespräch bzw. den letzten Email-Kontakt mit deinem Ansprechpartner verweist
 - deine Motivation für das Praktikum beschreibst (gehe dafür auch auf deine Erwartungen für das Praktikum ein, die du schon aufgeschrieben hast)
- dein LEBENSLAUF.

Wie du richtig gute Bewerbungen erstellst, lernst du im Bewerbungsmodul auf dem Traumjob Campus.

Stelle die Dokumente zusammen (achte auch auf spezielle Anforderungen der Unternehmen) und schicke alles an die gewünschte (Email-)Adresse. Das Datum der Bewerbung kannst du in der Vorlage in Spalte 4 vermerken, um den Überblick zu behalten.



Wichtig:

Auch wenn du nur ein Praktikum suchst, bewirbe dich auf jeden Fall bei mehreren Unternehmen. Je nach Branche sind für eine Zusage auch mal zehn oder zwanzig Bewerbungen nötig. Falls du mehrere Zusagen bekommen solltest, kannst du dich immer noch für das beste Unternehmen entscheiden.

Dann heißt es abwarten.

Falls du auch nach zwei Wochen noch auf eine Rückmeldung wartest, kannst du ein sogenanntes "Follow-up" machen. Das heißt, du schreibst nochmal eine Email, in der du dich nach dem aktuellen Stand deiner Bewerbung erkundest. So eine Follow-up Mail kann zum Beispiel so aussehen:

Betreff: Meine Bewerbung auf ein Schülerpraktikum vom 01.05.2020

"Sehr geehrter Herr Blume,

ich hoffe, es geht Ihnen gut und Sie hatten eine schöne Woche bisher.

Ich wollte mich nur einmal erkundigen, wie der aktuelle Stand der Dinge mit meiner Bewerbung vom 01.05. ist.

Vor zwei Wochen hatte ich die Bewerbung auf ein Schülerpraktikum bei Ihnen losgeschickt. Da bisher keine Rückmeldung kam, will ich nur sicherstellen, dass alle Unterlagen bei Ihnen angekommen sind. Können Sie mir bitte ein kurzes Update geben?

Falls Sie noch offene Fragen haben sollten, bin ich jederzeit per Email oder telefonisch unter der 0177 123 45 67 erreichbar.

Vielen Dank im Voraus für Ihre Antwort.

Herzliche Grüße

Marie Müller

Fünfter Schritt: Abstimmung und Vertrag

Wenn du eine Absage auf deine Bewerbung bekommst, hol dir auf jeden Fall Feedback ein, warum es nicht geklappt hat. So lernst du mit jeder Bewerbung dazu und du kannst es zukünftig besser machen.

Wenn deine Bewerbung erfolgreich war:

- bekommst du entweder direkt eine Zusage für das Praktikum oder
- du wirst zuerst noch zu einem Bewerbungsgespräch eingeladen.

Tipps zur Vorbereitung auf dieses Gespräch findest du ebenfalls im Bewerbungsmodul auf dem Traumjob Campus. Falls du ein Bewerbungsgespräch führen musst, mach dir vorher auch Gedanken darüber, welche Fragen du stellen willst. Hol dir dazu gern Inspiration mit den Fragen weiter unten.

Falls du eine direkte Zusage bekommst und dich für ein Praktikum bei diesem Unternehmen entschieden hast, solltest du trotzdem nochmal bei deinem zukünftigen Praktikumsplatz anrufen, bevor du einen Praktikumsvertrag unterschreibst.

Lies dir vor dem Anruf nochmal deine Notizen zum Unternehmen durch, schau dir die Website an und notiere dir Fragen, die du im Gespräch beantwortet bekommen willst. Beispiele für Fragen sind:



-
- ☐ Was wären konkrete Aufgaben und Tätigkeiten, die ich während des Praktikums ausüben würde?
 - ☐ Haben Sie einen Praktikumsplan, nach dem normalerweise ein Praktikum bei Ihnen abläuft? Wenn ja, wie sieht der aus? → meist nur bei größeren Unternehmen
 - ☐ Wer wäre mein Ansprechpartner bzw. Betreuer während des Praktikums? Was ist seine bzw. ihre Rolle im Unternehmen?
 - ☐ Was gibt es sonst noch wichtiges zu beachten, wenn ich mein Praktikum bei Ihnen beginne?
 - ☐ Falls du schon einen Praktikumsvertrag zugeschickt bekommen hast, lies ihn dir aufmerksam durch und notiere offene Fragen dazu. Lass auch deine Eltern darüber lesen, wenn dir das Sicherheit gibt.
-

Rufe nach einer Zusage zeitnah bei dem entsprechenden Unternehmen an und führe ein Gespräch, in etwa nach der folgenden Struktur:

1. VERBINDEN
Lass dich zu deinem Ansprechpartner durchstellen, falls du ihn nicht direkt am Telefon hast.
2. DANKEN
Begrüße deinen Gesprächspartner und bedanke dich als erstes für die Zusage.
3. FRAGEN
Erkläre, dass du vor Beginn deines Praktikums noch ein paar Fragen hast und stelle sie nacheinander. Falls durch die Antworten weitere Fragen bei dir auftauchen, weiche ruhig von deiner Struktur ab.
4. VERTRAG
Falls du noch keinen Praktikumsvertrag mit der Zusage geschickt bekommen hast, frage nach, ob du einen bekommen kannst. Wenn du bereits einen hast und noch Dinge darin unklar sind, stelle deine Fragen zum Vertrag.
5. ABSTIMMUNG
Gib deinem Gesprächspartner die Chance, auch dir Fragen zu stellen oder wichtige Dinge anzusprechen, die du vielleicht vergessen hast. Besprecht, was die nächsten Schritte für beide Seiten sind.
6. VERABSCHIEDEN
Danke deinem Gesprächspartner für seine Zeit und verabschiede dich.

Jetzt musst du nur noch den Praktikumsvertrag unterschreiben. Bevor du deine Unterschrift setzt, checke auf jeden Fall nochmal, ob die wichtigsten Punkte drin stehen und deinen Vorstellungen und allen Absprachen entsprechen:

- Praktikumszeitraum, Arbeitszeiten, Urlaub
- Inhalt (Aufgaben) während des Praktikums
- Rechte und Pflichten des Unternehmens und des Praktikanten
- Betreuer/Ansprechpartner

Wenn alles stimmt: unterschreiben, abschicken, fertig!

... Du hast es geschafft – dein Praktikum kann beginnen :)

Während des Praktikums

Es geht los, dein Praktikum beginnt!

Eine gewisse Aufregung ist jetzt völlig natürlich und zeigt nur, dass dir das Praktikum wichtig ist. Ein gutes Zeichen. Damit du das meiste aus dieser Erfahrung mitnimmst, solltest du allerdings ein paar Dinge beachten.

Nr. 1: Das richtige Verhalten

Während des Praktikums ist es wichtig, dass du dich an bestimmte Verhaltensregeln hältst. Dein Unternehmen lädt dich für eine gewisse Zeit zu sich ein und du bist der Gast. Worauf solltest du also auf jeden Fall achten?

- **PÜNKTLICHKEIT**

In der Schule ist es für manche normal, regelmäßig zu spät zum Unterricht zu kommen. Während viele Lehrer darauf kulant reagieren ("es sind ja noch Kinder"), ist Pünktlichkeit in der Arbeitswelt ein absolutes Muss. Wer ein paar mal unbegründet zu spät kommt, kann schnell mit einer Kündigung rechnen.

Plane dir also auf alle Fälle genug Zeit für deinen Weg zum Unternehmen ein und sei lieber zu früh als zu spät da.

- **KRANKHEIT MELDEN**

Klar, jeder kann mal krank sein. Aber wenn es dich erwischt hat, denke unbedingt daran, dich bei deinem Praktikumsplatz abzumelden. Das hat nicht nur was mit Respekt deinen Kollegen gegenüber zu tun, sondern ist auch eine Versicherungsfrage. Auch andere Hinderungsgründe solltest du sofort melden.

- **HÖFLICHKEIT**

Eine klare Benimmregel in jedem Unternehmen: sei höflich zu deinen Kollegen. Menschen erinnern sich selten lange an das, was du gesagt hast. Aber sie erinnern sich sehr gut daran, wie sie sich mit dir gefühlt haben. Gib den Leuten bei deinem Praktikum also kein Anlass, sich mit dir schlecht zu fühlen, sondern sondern fall stattdessen durch positives Verhalten auf. Bedanke dich, sag "bitte" und sieze deine Kollegen, außer du bekommst explizit das "Du" angeboten.

- **HILFSBEREITSCHAFT**

Den besten Eindruck hinterlässt du, wenn du aufmerksam bist, wo du gebraucht wirst und proaktiv Hilfe anbietest. Wann immer du deinen Kollegen beiseite stehst, lernst du durch die direkte Handlung, ob dir eine

Tätigkeit Spaß macht oder nicht. Unabhängig davon solltest du dich einbringen und bereit sein, auch mal unangenehme Aufgaben zu übernehmen.

- **UNKLARHEITEN**

Wann immer dir eine Aufgabe nicht ganz klar ist, du dich mit etwas unwohl fühlst oder eine andere Frage hast, wende dich an deinen Ansprechpartner. Sprich die Dinge ehrlich an, nur dann können Lösungen gefunden und Probleme geklärt werden.

- **KRITIK ANNEHMEN**

Die Menschen, mit denen du in deinem Praktikum zu tun hast, können dir wertvolles Feedback zu deiner Arbeit und deinem Verhalten geben. Solange sie nicht in herablassendem Ton kommuniziert wird, versuche jede Kritik als Geschenk zu sehen und als Möglichkeit, dich zu verbessern. Auch dafür machst du dein Praktikum.

Nr. 2: Gute Fragen stellen

Wer Fragen stellt, wirkt interessiert und offen. Wer Fragen stellt, bekommt oft Antworten darauf und lernt dazu. Deshalb solltest du regelmäßig gute Fragen stellen, um dein Praktikum zu einer wertvollen Lernerfahrung zu machen. Zusätzlich zu den Fragen, die du dir schon in der Vorbereitung auf dein Praktikum aufgeschrieben hast, gibt es noch ein paar, die besonders sinnvoll sind:

*Was müssen **Bewerbende** vorweisen, um bei Ihnen eingestellt zu werden?*

Vielleicht willst du später nicht unbedingt bei dieser Firma arbeiten, trotzdem ist die Branche eventuell dein künftiges Zuhause. Deshalb ist es sinnvoll, schon jetzt einiges über typische Auswahlverfahren und Bewerbungsprozesse zu lernen.

*Warum haben Sie sich für dieses Unternehmen **entschieden**?*

Mit dieser Frage findest du heraus, was die Berufe in diesem Unternehmen so ausmacht und ob sie prinzipiell zu dir passen.

Wo setze ich Prioritäten?

In jedem Beruf ist es wichtig, die verschiedenen Aufgaben richtig zu priorisieren. Mit Mitarbeitern des Unternehmens über diese Frage zu sprechen, kann dir wertvolle Einblicke in die Abläufe und Prozesse geben und dir helfen, deinen Fokus schon während des Praktikums richtig zu setzen.

Was erwarten Sie von wirklich guten Praktikant:innen?

Diese Frage solltest du nicht direkt zu Beginn stellen, sondern vielleicht erst nach ein paar Tagen bzw. Wochen. So erfährst du nicht nur indirekt, was von dir als Praktikant erwartet wird und was du auf jeden Fall tun oder lassen solltest, sondern du bekommst auch implizites Feedback zu deiner bisherigen Leistung und wo du noch Potential nach oben hast.

Was macht einen ideale Mitarbeitende aus?

Ähnliche Frage, aber mit einer spannenden Zusatzkomponente. Du erfragst damit auch indirekt, was wäre, wenn du hier irgendwann mal arbeiten würdest. Die Antworten deiner Vorgesetzten geben dir wertvolle Einblicke in spezielle Anforderungen, die der Job in dieser Firma mit sich bringt.

Welche Chancen hätte ich auf eine Anstellung bei Ihnen - und unter welchen Voraussetzungen?

Eine direkte Frage, auf die du (hoffentlich) eine direkte Antwort bekommst. Sie zeigt dir auf, wie du wahrgenommen wirst und was du tun kannst, um in diesem Unternehmen und allgemein auch in der Branche Fuß zu fassen. Aber stelle diese Frage am besten nicht nach einem Fehler oder in einer kritischen Phase, sondern warte eine entspannte Situation ab, in der du vielleicht gerade einen Erfolg oder Fortschritt verbucht hast.

Welche Fehler sollten Ihre Mitarbeitenden vermeiden?

Wenn du vorher schon weißt, was du auf jeden Fall nicht tun solltest, kannst du die größten Fettnäpfchen umgehen und schlimmere Konsequenzen vermeiden. Außerdem lernst du durch diese Frage mehr über Ansprüche an die Mitarbeiter und generell die Toleranzgrenzen im Unternehmen – was dir eher mal verziehen wird und was echte Kündigungsgründe sind.

Nr. 3: Das Lerntagebuch

Egal ob du ein Praktikumsbericht für die Schule schreiben musst oder nicht, du solltest auf jeden Fall ein Lerntagebuch führen. Aber was genau ist das?

Ein Lerntagebuch ist ein simples Notizheft, das du während deines Praktikums immer dabei hast. Es dient dem Festhalten deiner wichtigsten Erkenntnisse, Erfahrungen und offenen Fragen. Im Idealfall schreibst du täglich in dein Lerntagebuch und beantwortest immer abends am Ende eines Praktikumstages folgende Fragen:



-
- ☐ Was habe ich heute im Praktikum gemacht?
 - ☐ Was davon hat mir Spaß gemacht?
 - ☐ Was hat mir kein Spaß gemacht? Was war langweilig?
 - ☐ Was habe ich heute gelernt?
 - ☐ Welche offenen Fragen haben sich heute für mich ergeben?
 - ☐ Was will ich morgen anders machen als heute?
-

Du kannst die Fragen auch durchnummerieren und dann täglich nach dem gleichen Schema beantworten, ohne sie jedes mal neu abschreiben zu müssen.

Der Vorteil dieser kleinen täglichen Mehrarbeit ist offensichtlich: du nimmst dir täglich Zeit, deine Erkenntnisse des Tages zu reflektieren, kannst schneller nachjustieren, falls etwas nicht ganz deinen Erwartungen entspricht und hast eine schon eine super Vorarbeit geleistet, wenn du dein Praktikum am Ende reflektieren oder ein Praktikumsbericht schreiben willst.

Nach dem Praktikum

Dein Praktikum neigt sich dem Ende. Bevor du deinen Betrieb zum (vielleicht) letzten Mal besuchst, solltest du auf jeden Fall um ein Abschlussgespräch mit deinem Ansprechpartner bitten.



In diesem Gespräch haben beide Seiten Zeit, Feedback zu geben. Du bekommst also eine Rückmeldung zu deinem Auftreten, deinen Stärken und Verbesserungspotentialen. Scheu dich auch nicht, Fragen zu stellen, wenn du etwas nicht verstanden hast. Und auf der anderen Seite kannst du dem Betrieb wertvolles Feedback zu deiner Praktikumserfahrung geben, damit der Ablauf unternehmensseitig noch weiter verbessert werden kann.



Lass dir außerdem auf jeden Fall eine **Praktikumsbescheinigung** geben, in der das Unternehmen beschreibt, wie dein Praktikum verlaufen ist, was du gelernt hast und wie gut du dich eingebracht hast. Vor allem **für zukünftige Bewerbungen** ist sowas super hilfreich und wird immer gern gesehen.

Zum Abschluss der Erfahrung ist es wichtig, dir Zeit für eine Reflexion zu nehmen. Nur so nimmst du das maximale aus deinem Praktikum mit. Hol dir also einen Tee, mach es dir bequem und beantworte schriftlich die folgenden Fragen. Sei dabei wirklich ehrlich.



-
- ☐ Was hat mir besonders gut gefallen? Was hat mir weniger gut gefallen? Was habe ich mir anders vorgestellt?
 - ☐ Was hat mich überrascht/beeindruckt?
 - ☐ Was ist mir gut gelungen?
Was ist mir schwer gefallen?
 - ☐ Wie habe ich mich während der Erfahrung gefühlt?
Wurden meine Erwartungen erfüllt, die ich vor dem Praktikum notiert habe?
 - ☐ Was habe ich neues gelernt? Was wusste ich vorher schon?

Was habe ich neues über mich gelernt (Stärken, Schwächen, Bedürfnisse, Motive, Verhaltensmuster)?

- ☐ *Welche Situation/en ist/sind mir besonders in Erinnerung geblieben?*
- ☐ *Wie hat die Erfahrung mein Blick auf den Beruf verändert? Ist es jetzt wahrscheinlicher oder unwahrscheinlicher geworden, dass dieser Beruf mein Traumjob ist?*

Noch ein Tipp:

Nach deiner Reflexion kannst du deine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Praktikum an deinen Betrieb schicken und dich nochmal mit ein bisschen Abstand für die Erfahrung bedanken. Das stärkt die Beziehung (vielleicht kann die später nochmal nützlich sein) und sorgt dafür, dass du gut in Erinnerung bleibst.

Zum Abschluss...

Dein Praktikum neigt sich dem Ende. Bevor du deinen Betrieb zum (vielleicht) letzten Mal besuchst, solltest du auf jeden Fall um ein Abschlussgespräch mit deinem Ansprechpartner bitten.

Bist du bereit, deinen idealen Praktikumsbetrieb zu finden und von dir zu überzeugen?

Dann geh raus und rock dein Praktikum!

Falls du mehr Unterstützung brauchst, dann sprich uns jederzeit an. Wir sind gerne da für dich und beantworten dir deine Fragen.



Schön, dass es dich gibt!

Dein Mutmacher- und Mutmacherinnen-Team

Referenzen:
Icons made by Freepik from www.flaticon.com.