

# Das Praktikum: Der unerlässliche erste Schritt ins Berufsleben

**Ein Praktikum ist in vielerlei Hinsicht wichtig: Man sammelt Erfahrungen für das Berufsleben und wird vor ganz neue Herausforderungen gestellt. Damit das Praktikum ein voller Erfolg wird, anbei einige gute Ratschläge und Hinweise.**

**Dr. oec. publ. Roger Gfrörer, Leiter Career Services, Universität Zürich**

## Ihre Potenziale aus dem Studium...

Ihr Hochschulstudium vermittelt Ihnen die Fähigkeit, Fragestellungen zu erkennen und zu formulieren, die entsprechenden Situationen konzeptionell zu analysieren und nachvollziehbare Antworten auszuarbeiten. Als Arbeitsinstrumente erwerben Sie in Ihrem Studium spezifisches Fachwissen, entsprechende Methodenkenntnisse und ein akademisches Verständnis dafür, diese Ressourcen unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Qualitätsmerkmale einzusetzen.

## ... und die Herausforderungen im Berufsalltag

Während in der Wissenschaft mit diesen Mitteln der reine Erkenntnisgewinn verfolgt wird, besteht in der Arbeitswelt die Herausforderung, Wissen und Methoden zur praktischen Problemerkennung und -lösung anzuwenden. Dieser Transfer gelingt jedoch nicht immer im ersten Versuch. So sind Zeit und Mittel im Unternehmen in der Regel begrenzt und erlauben nur selten, die im Studium angestrebte Perfektion zu erreichen. Vielleicht sind die Probleme diffus und unklar umrissen oder die Ihnen zu Verfügung stehenden Ressourcen nicht geeignet. Oder Sie erkennen, dass es schwierig ist, Ihre Antworten umzusetzen, da Sie nicht bedachten, dass dazu weitere Mittel und das Einverständnis anderer Mitarbeitender notwendig sind.

## Praktika ermöglichen einen Lerntransfer

Arbeitgeber erwarten deshalb von Hochschulabsolvierenden beim Übergang in den Beruf, dass sie über einschlägige Erfahrungen in der Arbeitswelt verfügen und damit auch über Strategien, wie sie im Studium angeeignetes Wissen und erlernte Methoden in die Praxis transferieren können. Praktika sind daher sehr geeignet, da sie diese Erfahrungen ermöglichen und zeitlich in die Studienplanung passen. Gut konzipierte Praktika bieten Ihnen zudem die Möglichkeit, den Transfer zwischen Studium und Praxis zu reflektieren – im Idealfall werden Sie bei dieser Reflexion von einer erfahrenen Person begleitet.

## Praktika erlauben zu entdecken

Neben dem Erwerb praktischer Erfahrungen bieten Ihnen Praktika die Möglichkeit, verschiedene Branchen, Unternehmen und Berufsfelder kennenzulernen. Sammeln Sie aber nicht einfach Praktika um des Sammelns Willen – überlegen Sie sich, was Sie interessiert und welche Bereiche Sie kennenlernen wollen. Einerseits hilft Ihnen diese Kenntnis bei der Wahl der Einstiegsstelle weiter, andererseits sind absolvierte Praktika ein Signal für das Unternehmen, dass Sie sich bereits eingehend mit der Arbeitswelt auseinandergesetzt haben. Ihre Entscheidung für ein Unternehmen beruht somit auf einer fundierten Kenntnis der Arbeitswelt und ist deshalb nachhaltig.

## Praktika entwickeln Netzwerke

Praktika bieten Ihnen aber auch die hervorragende Möglichkeit, persönliche Kontakte in der Berufswelt zu knüpfen. Sie lernen Menschen aus verschiedenen Branchen, Unternehmen und Funktionen kennen – und beinahe noch wichtiger: Diese Menschen lernen Sie kennen! Wer weiss, wo diese Menschen in ein paar Jahren arbeiten? Gehen Sie aber mit Bedacht vor – Praktikantinnen und Praktikanten sind per Definition unerfahren, haben Wissenslücken und sind zu Beginn auf Support angewiesen. Überheblichkeit und übersteigertes Selbstbewusstsein sind deshalb nicht angesagt, vielmehr Ihr Wille von erfahrenen Mitarbeitenden zu lernen, das im Studium Erlernte dennoch möglichst anzuwenden sowie die Situation und Ihre eigene Person kritisch zu hinterfragen.

Neben den praxisorientierten Wirkungen kann ein Praktikum auch Folgen fürs weitere Studium haben, indem Lernmotivation und Lernerfolg verstärkt werden oder ein neuer Wissensdurst entsteht, der zum Beispiel in einer entsprechenden Forschungsarbeit gestillt werden will.



# Kleiner Praktika-Guide

## Was ist ein Praktikum?

Grundsätzlich ist der Begriff des Praktikums nicht geschützt. Er wird vielmehr breit für Tätigkeiten eingesetzt, in denen Erlerntes ein erstes Mal angewendet wird. Verschiedene Fachrichtungen haben eigene Bezeichnungen für diese Tätigkeit entwickelt wie Wahlstudienjahr, Substitut, Volontariat, Stage, oder Laborpraktikum. Fließende Übergänge existieren zudem zwischen den Begriffen Praktikum, Traineeprogramm und Werkstudium.

## Dauer

Praktika sind zeitlich begrenzt. Schnupperpraktika von wenigen Wochen Dauer bieten die Möglichkeit, verschiedene Tätigkeiten oder Arbeitgeber kennenzulernen. Ordentliche Praktika von drei bis sechs Monaten Dauer erlauben einen vertieften Einblick in die Aufgabe, das Team oder das Unternehmen. Die Anzahl Praktika sollte insgesamt begrenzt sein.

## Aufgaben und Begleitung

Das Aufgabenspektrum kann von angeleiteten repetitiven Aufgaben bis hin zur selbständigen Mitarbeit in komplexen Projekten reichen. Wichtig ist, dass der Anteil der repetitiven Aufgaben begrenzt ist. Die Aufgabeninhalte sollten vor dem Praktikumsbeginn schriftlich geklärt sein. Es gibt angeleitete und nicht angeleitete Praktika. Wenn Sie feststellen sollten, dass Ihr Praktikum zur zweiten Sorte zählt, fordern Sie dennoch regelmässig Feedback ein.

## Inhaltlicher Bezug zum Studium

Praktika stehen immer in einem inhaltlichen und in einem zeitlichen Bezug zum Studium. Der inhaltliche Bezug kann von der/dem Praktikantin/Praktikanten und dem Unternehmen selbst hergestellt werden oder wird zwingend vorgeschrieben, wenn das Praktikum Bestandteil eines Studiengangs ist, dem in der Regel ein Praktikumsbericht folgt.

## Zeitlicher Bezug zum Studium

Zeitlich werden Praktika während des Studiums oder im unmittelbaren Anschluss daran als Einstiegspraktikum absolviert. Während des Studiums sollte der Semesterstart durch das Praktikum nicht gefährdet sein. Dies lässt sich durch eine angepasste Praktikumsdauer erreichen oder durch eine flexible Arbeitszeithandhabung in den ersten Wochen des Semesters. Praktika im Anschluss an ein Studium sollten einen Fokus auf eine mögliche Festanstellung beinhalten.

## Bezahlung

Es gibt bezahlte Praktika und unbezahlte Praktika. Letztere sind nur akzeptabel, wenn sie in einer nicht-profitorientierten Organisation stattfinden. Der Arbeitgeber hat die Sozialversicherungsleistungen arbeitgeberseitig zu erbringen.

## Ausland

Praktika im Ausland sind gefragt, weil sich damit Auslands- und Berufserfahrung verbinden lassen. Die Organisation eines solchen Praktikums bedarf einer intensiven Auseinandersetzung mit den länderspezifischen Anforderungen wie Sprache, Bewerbungsverfahren und Entlohnungspraxis. Zudem gibt es in der Schweiz einige Berufsfelder, die eine hohe gesetzliche Regelung aufweisen. In diesen Feldern empfiehlt es sich, mindestens ein Praktikum in der Schweiz zu absolvieren.

# Leitfaden

## Wie finden Sie ein Praktikum?

- **Netzwerke:** Fragen Sie bei Kommilitoninnen und Kommilitonen (auch älteren Semestern) nach guten Praktika, konsultieren Sie dazu auch Internetforen. Setzen Sie Ihre Netzwerke aus Familie, Studium, Vereinen oder bisherigen Stellen auch bei der Suche nach Praktika ein.
- **Ausschreibungen:** Praktika werden an vielen Stellen ausgeschrieben: In den Jobrubriken der Webseiten der Unternehmen oder auf Online-Stellenbörsen, vor allem aber auf Webseiten und an Stellen, die von Studierenden stark frequentiert werden.
- **Initiativbewerbungen:** Werden Initiativbewerbungen nicht explizit von Unternehmen ausgeschlossen, versuchen Sie es auch auf diese Weise. Platzieren Sie Initiativbewerbungen auch in Ihrem Netzwerk!

## Wie wählen Sie ein Praktikum aus?

- Das Praktikum dauert mindestens drei bis maximal sechs Monate und passt zeitlich in Ihre Studienpläne.
- Sie erhalten eine fundierte Einführung und lernen im Laufe Ihres Praktikums mehrere Aufgabenbereiche kennen. Zudem stehen Ihnen interne Weiterbildungsmaßnahmen offen.
- Ihnen steht ein/e Betreuer/in zur Seite. Klären Sie vorgängig ab, wie oft Sie Feedback erhalten.
- Die Vergütung ist leistungsgerecht. Als Faustregel gelten (je nach Studienstufe) 2'000.- bis 4'500.- Monatsgehalt bei einer 100%-Anstellung.
- Die Aufgaben- und Lerninhalte sind so attraktiv, dass Sie das Praktikum nicht lediglich aufgrund einer anschliessend in Aussicht gestellten Festanstellung antreten.
- Sie erhalten einen Vertrag, in dem mindestens folgende Punkte geregelt sind: Dauer, Lernziele des Praktikums, Betreuer/in, Vergütung, Ferienanspruch, Versicherungsleistungen. Kontrollieren Sie Ihren Vertrag anhand von Online-Vorlagen für Praktikumsverträge.

## Worauf ist während des Praktikums zu achten ...

- Sie werden zu Beginn des Praktikums über Ihre Rechte (z. B. Arbeits- und Ruhezeiten) und Pflichten (z. B. Verschwiegenheit, Weisungsgebundenheit) informiert.
- Fordern Sie Feedback und Klarheit, ob Aussichten auf eine Übernahme bestehen.
- Suchen Sie Verantwortung und übernehmen Sie Spezialaufgaben. Arbeitgeber stellen Studierende ein, weil sie deren Kompetenzen nutzen wollen, also setzen Sie diese ein!
- Hinterlassen Sie einen positiven Eindruck: An motivierte, lernwillige und leistungsbereite Praktikantinnen und Praktikanten erinnert man sich gerne.

## ... und worauf nach Praktikumsabschluss?

- Achten Sie am Ende der Anstellung darauf, ein Arbeitszeugnis oder mindestens eine Arbeitsbestätigung zu erhalten, das von der Betreuungsperson und einer vorgesetzten Stelle resp. der Personalabteilung unterschrieben wurde. Das Zeugnis sollte Angaben über Art, Dauer, Inhalt und Ziel des Praktikums sowie über die erworbenen Fertigkeiten und Kenntnisse des/der Praktikant/in enthalten.
- Verbauen Sie sich nichts, auch wenn Sie mit der Praktikumsbetreuung unzufrieden sind: Die Taktik der verbrannten Erde ist gefährlich. Man sieht sich immer zweimal im Leben, verabschieden Sie sich deshalb mit Anstand.
- Reflektieren Sie: Was hat Ihnen am Praktikum gefallen, was eher nicht? Welche Schlüsse für Ihre weitere akademische und berufliche Zukunft ziehen Sie daraus?
- Pflegen Sie die Kontakte. Sie wissen nie, wohin diese ziehen.