



Praktikumsknigge für Schüler*innen

1 Unternehmenswebsite

Besuche vor Praktikumsbeginn die Website des Unternehmens. Dort kannst du dir schon im Vorfeld ein gutes Bild machen und dich informieren – sei es über das Team mit Bildern, Namen und Positionen, über die angebotenen Praktika oder über die Ausbildungsberufe. So weißt du besser, was dich erwartet – und kannst im Praktikum oder im Gespräch selbstbewusster auftreten.

2 Kleider machen Leute

Achte darauf, dass deine Kleidung sauber und gepflegt ist. Ein ordentliches Auftreten ist besonders wichtig, wenn du Kontakt mit Kundinnen und Kunden hast. Am besten fragst du schon im Vorstellungsgespräch oder vor dem ersten Praktikumstag nach, welche Kleidung im Betrieb üblich ist. Das kann je nach Unternehmen unterschiedlich sein – so bist du auf der sicheren Seite.

3 Bereite dich vor!

Bringe einen Notizblock oder ein Heft sowie einen Stift mit, damit du dir wichtige Dinge aufschreiben kannst – zum Beispiel für deinen Praktikumsbericht. Sag gleich zu Beginn deines Praktikums Bescheid, über welches Thema du deinen Bericht schreiben musst. So kann dein Betrieb dich besser unterstützen.

Kümmere dich außerdem um dein Mittagessen: Entweder nimmst du dir etwas von zu Hause mit oder bringst genug Geld mit, um dir vor Ort etwas zu kaufen. Frage ruhig nach, ob es Pausenräume, eine Kantine oder Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe gibt.

4 Handynutzung

Dein Handy sollte während deiner Arbeitszeit ausgeschaltet sein, damit du dich in Ruhe auf deine Arbeit konzentrieren kannst.

5 Siezen oder duzen

Das ist von Unternehmen zu Unternehmen immer unterschiedlich. Zu Beginn solltest du deine Kollegen immer siezen, es sei denn, sie bieten dir das Du von selbst an. Kunden solltest du selbstverständlich immer siezen.

6 Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit

Timing ist alles! Achte darauf, jeden Tag pünktlich zur Arbeit zu erscheinen. Wer zu spät kommt, macht keinen guten Eindruck und verursacht unnötigen Stress. Plane am besten immer 10-15 Minuten als Puffer ein. Falls du doch einmal nicht pünktlich sein kannst, rufe kurz im Betrieb an und gib Bescheid. Das zeigt Zuverlässigkeit und Respekt.

7 Arbeitszeiten

Deine Arbeitszeiten richten sich nach dem jeweiligen Bereich, in dem du im Betrieb eingesetzt bist. Sprich deshalb gleich zu Beginn deines Praktikums ab, wann dein Arbeitstag startet und endet.

Wenn während der Praktikumszeit ein wichtiger Termin ansteht (zum Beispiel ein Arzttermin oder eine Schulveranstaltung), sag rechtzeitig im Betrieb Bescheid. So lässt sich alles besser planen.

8 Have a break

Die Pausenregelung ist von Betrieb zu Betrieb unterschiedlich. Frag am besten am ersten Tag danach. Wenn dich Kollegen fragen, ob du sie zum Essen begleiten möchtest, sag ruhig zu. So lernst du deine neuen Kollegen besser kennen und signalisierst Interesse.

9 Krank und was nun?

Solltest du während deines Praktikums krank werden oder aus anderen Gründen nicht kommen können, dann informiere bitte das Unternehmen und die Schule darüber.

10 Wer fragt, gewinnt!

In der Regel wirst du am ersten Tag deines Praktikums durch das Unternehmen geführt und deinen Kollegen vorgestellt. Nutze diese Gelegenheit und stelle Fragen – so lernst du am meisten. Fragen zu stellen ist kein Zeichen von Unsicherheit, sondern zeigt Interesse und Engagement. Wichtig ist dabei: Denk eigenständig mit und hör aufmerksam zu.

Es gibt auch Tage, an denen im Betrieb weniger zu tun ist. Zeige dann keine Langeweile, sondern sei aktiv. Frag freundlich nach, ob du helfen oder etwas Neues ausprobieren kannst. Oft gilt: Wer nachfragt, bekommt auch eine Aufgabe.

11 Entwickle dich weiter, denn du lernst aus allen Erfahrungen!

Sammele deine ersten Berufserfahrungen – selbst wenn dir das Praktikum nicht so gut gefällt. Du lernst dabei, was dir liegt und was eher nicht. Jede Erfahrung bringt dich weiter und hilft dir, dich beruflich zu orientieren.