
Stáže, praxe a trainee programy – co, proč, jak a kde?

„Nemáte dost zkušeností v oboru.“

„Hledáme kandidáta s alespoň minimální pracovní zkušeností v oboru a to Vy nemáte.“

Také tyto věty tak dobře znáte? Možná se dozvídáte podobnou zpětnou vazbu při hledání práce při/po studiu opakovaně a už vám dochází trpělivost. Řešení, jak vyjít z tohoto začarovaného kruhu ale existuje. Ať již studujete či jste čerstvým absolventem/tkou, neváhejte využít možnosti účastnit se stáží a trainee programů. Právě tyto zkušenosti vám dají protiargumenty, jak se těmto důvodům odmítnutí bránit.

Stáže a praxe

Ať již hovoříme o stážích či praxích, jedno mají zcela jistě společné. Jedná se získávání zkušeností mimo školu v prostředí reálných firem. V ČR se tyto dva pojmy příliš nerozlišují a víceméně znamenají totéž. Obvykle se jedná o 3–6měsíční programy v ČR nebo v zahraničí. Často se stážista/praktikant pohybuje v jednom oddělení firmy a získává reálné zkušenosti z praxe. Většinou se jedná o neplacenou aktivitu a tudíž stážista nepobírá žádnou mzdu. V rámci různých studentských programů však může mít stážista proplaceny náklady na ubytování, stravování, dopravu apod. Někdy se objevují i nabídky (většinou soukromé) se stipendii, které nabízejí i odměnu za vaši práci.

Trainee program

Můžete se však také zapojit do některého z trainee programů. Pro ty je typické, že obvykle děláte tzv. kolečko po vybrané společnosti/instituci a získáváte zkušenosti z různých odvětví. Tyto programy však bývají obvykle delší a to v řádu 1–3 let. V rámci těchto programů je však již zvykem, že dostáváte klasickou mzdu/plat jako běžní zaměstnanci. Do trainee programů se můžete zapojit jako čerství absolventi, ale také jako studenti, kteří mají dostatek času na práci při studiu (obvykle např. 20 hod/týden). Zkušenosti nabrané jako trainee vnímají personalisté jako velice relevantní a plnohodnotné. Trainee program tedy může velmi snížit onu propast, která vás jako absolventa může dělit od vysněného pracovního místa v oboru.

Kde stáže, praxe a trainee programy hledat?

Jakkoliv se to může zdát neuvěřitelné, nabídka je skutečně velmi široká. Bohužel však neexistuje žádné jedno konkrétní místo, kde byste našli nabídku kompletní. Je to tedy, zvláště v některých oborech, doslova mravenčí práce vyžadující mnoho „klikání“.

Přidáváme několik zdrojů, kde nabídky hledat:

- Pracovní servery (jobs.cz , startupjobs.cz , indeed.cz , ...)
- veletrhy práce (profesiadays.cz , veletrhy pracovních příležitostí pořádané mj. i některými univerzitami, ...)
- v kampuzech univerzity - sledujte nástěnky
- v kariérním centru univerzity, Centrum Carolina, UK Point - letáčky, nástěnky, webové stránky
- webové stránky jednotlivých fakult UK
- studentské organizace nejen vaší fakulty (sdílení zkušeností a zajímavých doporučení a kontaktů)
- neziskové organizace zaměřené na podporu studentům a absolventům (dzs.cz , <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/cs/opportunities/opportunities-for-individuals/students/traineeships-abroad-for-students>)
- další seznam jsme pro vás zpracovali také zde: <https://cuni.cz/UK-1096.html>
- přímo v instituci, kde byste rádi pracovali (nebojte se je oslovit a zkusit se zeptat na možnosti)
- ...

Výhody stáží a trainee programů

- získáte cenné kontakty
- je to kvalitní záznam v CV, který poukazuje na váš zájem o oblast
- „otrkání se“ v cizím prostředí
- osamostatnění se (v jiném městě, v zahraničí, ...)
- zlepšení jazykových znalostí
- vyjasnění si svého profesního směřování a konkrétního zacílení
- ...

Neváhejte a jděte do toho!