
Inhaltsverzeichnis

1	Begriffswirrwarr: Traineearten und -unarten	1
1.1	Klassisches Trainee-Programm	1
1.2	Fachtrainee-Programme	2
1.3	Das Trainee-Studium	3
1.4	Das Trainee-Programm ist kein Volontariat	3
1.5	Das Trainee-Programm ist kein Praktikum	4
2	Recht einfach: Rahmenbedingungen, Verträge und Co.	7
2.1	Zwischen Premium-Praktikum und Freifahrtschein zur Führungskraft: Wie sieht ein karriereförderndes und faires Trainee-Programm aus?	7
2.2	Die Charta karrierefördernder & fairer Trainee-Programme	8
2.2.1	Die fünf Qualitätskriterien für faire Trainee-Programme	9
2.2.2	Expertengespräch mit Professor Weller, dem wissenschaftlichen Kopf hinter der Trainee-Auszeichnung	10
2.3	Trainee-Programm im Mittelstand – Chance für Quereinsteiger	13
2.4	Mentoren-Programme	14
2.5	Der Trainee-Arbeitsvertrag	15
3	Das Trainee-Gehalt	19
4	Was will ich eigentlich? Trainee-Programm als Orientierung	23
5	Wer sucht, der findet	25
5.1	Mundpropaganda & Soziale Netzwerke	25
5.2	Das persönliche Netzwerk	26
5.3	Printmedien	26
5.4	Internet	26
5.5	Arbeitgeberbewertungsportal	27
5.6	Branchenmedien	27
		IX

5.7	Career Center und Uni-Initiativen	27
5.8	Der Trainee-Knigge	28
5.9	Fachmessen	28
6	Türöffner zum Traumtrainee-Programm	35
6.1	Bewerben – Wann und wie? Was erwarten Unternehmen von mir?	35
6.2	Das Schlüssel-Schloss-Prinzip	35
6.3	Die richtige Vorbereitung	36
6.4	Networking	37
6.5	Die Bewerbungsunterlagen	37
6.5.1	Das Anschreiben	38
6.5.2	Der Lebenslauf	38
6.5.3	Die Anlagen	39
6.5.4	Versand per Post	40
6.5.5	Versand per E-Mail	40
6.5.6	Dateneingabe auf Firmen-Bewerbungshomepages	40
6.5.7	Was Personaler wollen: Soft Skills, Soft Skills, Soft Skills ..	41
6.6	Das angemessene Verhalten während des Trainee-Programms ...	42
6.7	Gute Online-Reputation erhöht die Jobchancen	42
6.7.1	Ego-Goolgen	43
6.7.2	XING-Profil	43
6.7.3	Unter eigenem Namen twittern	43
6.7.4	Abschlussarbeit veröffentlichen	44
6.7.5	Eigene Homepage	44
6.7.6	Eigenes Weblog	44
6.7.7	Sich in virtuelle Fachkreise integrieren	45
6.7.8	Weitere Möglichkeiten	45
6.7.9	Professionelle Hilfe	45
6.7.10	Vorsorge ist besser als Nachsorge	46
6.8	Das Vorstellungsgespräch	46
6.8.1	Die richtige Vorbereitung	46
6.8.2	Wie Vertrauen kommuniziert wird	47
6.8.3	Erfolgreich die wichtigsten Fragen-Kategorien meistern ..	49
6.8.4	Eigene Fragen im Vorstellungsgespräch	51
6.8.5	Die Gehaltsverhandlung	51
6.8.6	Die Nachbereitung	52
6.8.7	Wenn die Zusage kommt	53
6.8.8	Wenn die Absage kommt	53
6.9	Auswahlinstrument Assessment-Center	54

6.9.1	Auflistung verschiedener Soft Skills	54
6.9.2	Assessment-Center zur Überprüfung der Soft Skills	54
6.9.3	Typische Aufgaben im Assessment-Center	55
7	Richtig oder falsch? Der Trainee-Knigge	63
7.1	Der erste Tag: Erfolgreich meistern	63
7.1.1	Wann soll ich erscheinen?	63
7.1.2	Was soll ich bloß anziehen?	64
7.1.3	Namen über Namen: Die Vorstellungsrunde	64
7.1.4	Kurze Ansprache vor den Kollegen	65
7.1.5	Erst googlen, dann fragen	65
7.1.6	Mittagspause und Feierabend	66
7.1.7	Krank am ersten Tag?	67
7.1.8	Zum Einstand ein Ständchen	67
7.1.9	„Hallo, ich bin der Neue“	67
7.2	Die lieben Kollegen: Alles Duzfreunde?	68
7.3	Wie man ins Büro grüßt	68
7.4	Karriere-Faktor Kaffeeküche	69
7.5	Rein in die Meetings	69
7.6	Mahlzeit! Aber wie lange?	70
7.7	Der kleine Tischmanieren-Knigge	71
7.8	Interna: Wer redet, fliegt!	71
7.9	Schweigen ist Gold, Lästern tabu!	72
7.10	Kritik: Aufmucken oder Akzeptieren?	72
7.11	Privat surfen und telefonieren	74
7.12	Trainee-Betreuer, Mentoren & Chefs – Ich Boss, du nichts?	74
7.13	Das firmenintern Vitamin B	76
7.14	Verliebt, verlobt, verheiratet	76
7.15	Probleme und ihre Lösungen & Herausforderungen	77
7.15.1	Fehler: vertuschen oder beichten?	77
7.15.2	Trainee-Dreikampf: kuschen, kopieren, kaffeekochen ..	78
7.15.3	Bleiben bis zum Umfallen	79
7.15.4	Keine Spielchen!	79
7.15.5	Mission Impossible: Abbruch?	81
7.16	Nach dem Trainee-Programm ist vor dem Job	81
7.17	Der letzte Tag als Trainee	83
8	Das Trainee-Zeugnis	85
8.1	Anspruch auf Zeugniserteilung	85
8.2	Die Tätigkeitsbeschreibung	86
8.3	Die Leistungsbeurteilung	86

8.4	Beurteilen des Sozialverhaltens	87
8.5	Schlussformulierung	87
8.6	Thematische Tabus im Arbeitszeugnis	88
9	Personaler-Interviews	89
9.1	Junghenrich AG	89
9.2	PwC	92
9.3	Generali Gruppe	96
9.4	Mindsquare	99
9.5	Tchibo	102
9.6	Novartis	104
10	Trainee-Interviews	107
10.1	Beiersdorf	107
10.2	Nestlé Deutschland AG	110
10.3	Deutsche Telekom AG	112
10.4	Volkswagen	115
10.5	Vodafone	118
10.6	SHOEPASSION.com	122
	Firmenregister	125
	Internet-Links-Register	163
	Weiterführende Literatur	165



<http://www.springer.com/978-3-658-01798-9>

Trainee-Knigge

Der Ratgeber für den erfolgreichen Karriere-Start

Woischwill, B.; große Klönne, L. - Rippler, S. (Hrsg.)

2013, XII, 165 S. 16 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-01798-9