

Praktikos atlikimo atmintinė studentams

2020 m.

Praktika – tai Tavo karjeros kelio pradžia. Išnaudok ją efektyviai!

Bendraukime:
Karjeros ir psichologinio konsultavimo grupė
Saulėtekio al. 11, SRK-I 312 kab.
Tel. : +370 688 64028
www.karjera.vgtu.lt
karjera@vgtu.lt

Praktikos atmintinėje vartojamos sąvokos

Praktika – laikotarpis, oficialiai įtrauktas į studijų programą, kurio metu studentas pritaiko žinias praktiškai, sprendžia realias (su įmonės veikla) susijusias problemas, kurias ir vykdo įvairius projektus, tokiu būdu ugdydamas turimas ir įgydamas naujas kompetencijas.

Praktikos planas – studento, įmonės ir Universiteto suderintas praktinių užduočių, kurias praktikas atliks praktikos metu, sąrašas ir terminai.

Praktikos užduotis – su specialybe ir mokymosi turiniu susieta, su praktikos vadovais (Universiteto ir įmonės) suderinta ir patvirtinta užduotis, kurią įgyvendins studentas praktikos laikotarpiu įmonėje.

Įmonė – organizacija, sutinkanti priimti į praktiką VGTU studentą ir užtikrinti praktinių įgūdžių suteikimą praktikos trišalėje sutartyje nurodytu laiku. Įmonė atsako už praktikanto saugą darbe jo buvimo įmonėje laiku.

Studento praktinio mokymo sutartis – trišalė sutartis, kurioje apibrėžti visų trijų susijusių šalių – VGTU (siunčiančiosios organizacijos), studento ir įmonės (priimančiosios organizacijos) – teisės bei pareigos, nurodyti šalių rekvizitai.

Praktikos tvarkaraštis – VGTU rektorius įsakymu patvirtintas praktikų atlikimo grafikas visų fakultetų ir kursų studentams.

Praktikos vadovas universitete – dėstytojas, kuris studentui padeda parengti ir tvirtinti praktikos planą, užtikrina praktikos tikslų įgyvendinimą bei padeda spręsti iškilusias praktikos eigoje problemas.

Praktikos vadovas įmonėje – įmonės kvalifikuotas specialistas, paskirtas ruožtu praktikan-tų vykdomą veiklą. Studentas su juo derina ir detalizuoja praktikos planą, tuo tarpu praktikos vadovas vykdo praktikos priežiūrą, o pasibaigus praktikos laikotarpiui, ją įvertina.

Pasiruošimas praktikai

Praktikos tikslas

Tam, kad praktikos laikas būtų iš tiesų naudingas, pirmiausiai reikia suvokti, koks pagrindinis šio įdomaus laikotarpio tikslas.

Praktikos tikslas – suteikti tau galimybę paskaityti metu įgytas teorines žinias pritaikyti sprendžiant realias verslo ar viešojo sektoriaus problemas.

Tikslas gali būti ir kiek kitoks – jis priklauso nuo tavęs. Svarbu skirti kiek laiko apgalvoti, ko iš tiesų nori pasiekti praktikos metu: galbūt įvaldyti naują technologiją? Įgyvendinti savo idėją? Atlikti tyrimą? Praktikos tikslą, kuris turi būti įrašytas į studento praktinio mokymo sutartį, suderink su praktikos vadovu katedroje.

Įsivardinęs praktikos tikslą, numatyk uždavinius, kuriuos įgyvendinsi praktikos metu. Idealu, jeigu tai bus realūs, praktikos vadovo pritarimą turintys uždaviniai. Nuo to, kaip suformuluos tavo tikslą bei uždavinius, dažnai priklausys, ką tu veiksi praktikos metu. Svarbu mąstyti realistiškai ir neišsikelti neįgyvendinamų tikslų. Taigi, jeigu tavo tikslas bus susipažinti su įmonės veikla, organizacine struktūra, tai nenustebk, jeigu teks dokumentus ne tik vartyti, bet juos ir pernešti iš vieno kabineto į kitą. Juk realiaame darbo pasaulyje tai yra dalis įmonės darbuotojų veiklos.

Kaip rasti praktikos vietą?

Studijų metu kiekvieną dieną girdi, kad tai, ką tu mokaisi, tikrai panaudos ateityje? Tai tiesia! Tačiau, kad ateitis būtų jau šiandien ir žinotum, kaip panaudoti įgytas žinias, Tau suteikiama galimybė atlikti privalomąją arba savanorišką praktiką.

Praktika įmonėje – galimybė „prisiliesti“ prie savo ateities specialybės ir išbandyti save kaip specialistą, kuris kiekvieną dieną Universitete įgyja vis daugiau naudingų teorinių žinių. Jeigu nori tapti tikrai geru specialistu, pirmiausia ir pats turėtum rodyti iniciatyvą ir domėtis viskuo, kas susiję su Tavo specialybės pritaikomumu, praktika ir galimybėmis. Į šį sąrašą įeina ir susipažinimas su kuo daugiau įmonių, dirbančių Tavo pasirinktoje srityje tiek Lietuvoje, tiek ir už jos ribų.

Tai padaryti Tau padės tavo praktikos vadovas arba katedros/fakulteto praktikų koordinėtorius, universiteto karjeros konsultantai, naudojimas praktikos duomenų bazėmis, įvairios internetinių paieškų sistemos. O ypatingai – karjeros renginiai, tokie kaip kasmėtykstancijos Karjeros Dienos, skirtini patieklių mėgimui ir susipažinimui su įvairiomis įmonėmis. Nepaliesk jų.

Naudokis ir jau turimu profesinių pažinčių tinklu – draugų, tėvų ar pažįstamų rekomendacijos gali būti labai naudingos. Taip pat atkreip dėmesį, kad nemaža dalis dėstytojų be akademinio darbo paskaitų metu pasakoja ir apie asmeninę profesinę patirtį. Jei kuri sritis sudomino, nesidrovėk pasilikti po paskaitos ir paprašyti, kad papasakotų daugiau. Pokalbis su patyriusiu žmogumi gali nuvesti į karjeros pradžia.

PATARIMAS: Jau pirmajame studijų kurse pradėk galvoti, ką norėtum veikti pabaigus studijas, kas būtų tavo tikslas net nežino, kokioje programoje mokaisi tokios programos keičiasi kasmet, pabandyk išsivaiduoti save po 5 metus. Pavyko? Jau turi viziją? Gera pradžia – pusė darbo!

Užrašyk savo viziją ant lapo ir išskirk šias dalis:

- norimas darbo pobūdis
- prioritetinis verslo sektorius
- Tau žinomos ir įdomios to sektoriaus įmonės/įstaigos

O dabar belieka pasirinkti tinkamiausią organizaciją praktikai!

Kokios pagalbos sulauksi iš VGTU padalinii?

Karjeros ir psichologinio konsultavimo grupė universitete veikia tam, kad galėtum kreiptis iškilus įvairioms problemoms, taip pat ir klausimams apie praktikos paieškas (www.karjera.vgtu.lt):

- sužinoti su kokiomis įmonėmis sudarytos bendradarbiavimo sutartys;
- peržiūrėti esamas praktikos skelbimus mano.vgtu.lt arba skelbimų lentoje;
- pasikonsultuoti, kaip įgyti kuo daugiau kompetencijų praktikos metu;
- išmoksi paruošti tinkamą CV, motyvacinį laišką bei pasiruoši sėkmingam savęs pristatymui organizacijoje.

Studijų direkciijoje (www.studijos.vgtu.lt):

- sužinoti tikslius praktikos vykdymo ir atsiskaitymo terminus;
- susipažinti su praktikos programomis;
- sužinoti, kokius praktikos dokumentus turi užpildyti;
- rasi praktinio mokymo sutarties pavyzdžius.

Savo fakulteto katedroje:

- susipažinsi su savo praktikos vadovu;
- sužinosi įmones, su kuriomis sudarytos bendradarbiavimo sutartys
- suderinsi praktikos tikslus ir uždavinius;
- suderinsi atsiskaitymo už praktiką būdus ir grafiką;
- sužinosi galutinę praktikos įvertinimą.

Užsienio ryšių direkciijoje (www.urd.vgtu.lt):

- sužinosi apie praktikos galimybes užsienyje;
- sužinosi tikslius praktikos vykdymo užsienyje terminus;
- sužinosi, ką turi padaryti, noredamas atlikti praktiką užsienyje.

Kaip pasirinkti įmonę?

Susiradęs tave dominantį skelbimą, pasidomėk viešojoje erdvėje esančia informacija apie įmonę. Nemažai informacijos rasi įmonės internetiniame puslapyje, jos LinkedIn paskyroje. Taip pat paieškok internete, ar nėra pateikta darbuotojų skundų apie tą įmonę.

Išsamią faktinę informaciją apie lietuviškas įmones rasi www.rekvizitai.lt

greatplacetowork.com ir glassdoor.com talpina nemažai informacijos apie įmones (ypač tarptautines) bei jų darbo skelbimus.

Būtinai papildomai pasidomėk įmonės kultūra, filosofija, aprangos kodu, vertybėmis, kurių turėsi laikytis atlikdamas praktiką.

Kandidavimo procesas

Jeigu įmonė Tava patraukė, pasinaudok nurodytais kontaktais ir susisiek su atsakingais asmenimis (el. paštu ir/ arba telefonu), siųsd prašomus dokumentus (tai dažniausiai bus CV ir motyvacinis laiškas).

Atsakingai parengtas gyvenimo aprašymas sustiprins tavo poziciją praktikantų tarpe, kas ženkliai padidina galimybes būti priimtu į praktiką. Motyvacinis laiškas – tai būdas atkreipti į save dėmesį, pabrėžiant savo rimtą požiūrį į pačią įmonę ir praktikos procesą, nes kaip žinote, motyvacinis laiškas rašomas pagal konkretų praktikos skelbimą/pasiūlymą/vietą.

Jei per kelėtę dienų nesulauksi atsakymo, gali paskambinti pasitikslinti, ar gavo Tavo dokumentus. Jei sutarėte dėl susitikimo – pradėk ruoštis pokalbiui!

Gali būti, kad nerasi praktikos pasiūlymo tose įmonėse, kuriose norėtum pradėti savo karjerą. Parašyk pirmas! Puikios vietos susipažinti su įmonėmis – karjeros dienoms universitete, imonių atstovų paskaitos, atvirų durų dienos. Taip pat gali tiesiog peržiūrėti darbo skelbimus, ir, atradęs patinkantį, siųsti imonei motyvacinį laišką atlikti praktiką toje srityje. Praktikantai turi kiek išskirtines teises, tai nėra darbuotojai, kurių išlaikymas įmonei daug kainuoja. Parodęs savo motyvaciją gali patraukti dėmesį, galbūt ir padidinti

PATARIMAS: Sulaukęs iš įmonės atstovų patvirtinimo apie tau suteiktą galimybę atlikti praktiką, papildyk savo lapą (kuriame jau parašei savo viziją, prioritetinį verslo sektorių, norimą darbo pobūdį ir įvardinai tau žinomą įmonę) dar vienu stulpečiu – praktika. Jame užrašyk patvirtinimą atsiuntusią įmonę, praktikos tikslus bei uždavinius.

Kada atlikti praktiką?

Pirmiausia sužinok, kokios praktikos (praktikos tipai) įtrauktos į tavo studijų programą. Priklausomai nuo praktikos tipo (mokomoji, pažintinė, profesinė, mokslinė gamybinė praktika), praktikos atliekamos įvairiais laikotarpiais. Studijų kalendorių su visomis numatytomis veiklomis rasi www.vgtu.lt/studentams/studiju-kalendorius

Norint atlikti praktiką kitu laiku nei nurodyta oficialiame kalendoriniame grafike (pvz. nori pradėti atlikti praktiką gegužės mėn., o nurodytas terminas – liepos mėn.), bus reikalingas prašymas atlikti išankstinę praktiką. Informaciją gali rasti www.vgtu.lt/praktikos, arba tau padės praktikos vadovas.

Norint atlikti papildomą praktiką, reikės kreiptis į fakulteto praktikų koordinėtorių ir užpildyti papildomoms praktikoms sutartį mano.vgtu.lt.

Praktikos dokumentai

Studijų direkciijos internetinėje svetainėje rasi reikalingų dokumentų pavyzdžius, o prisijungęs prie VGTU Informacinės sistemos (mano.vgtu.lt), matysi jau parengtą praktikos sutartį, kurią užpildęs turi atsispausdinti ir susirinkti reikiamus parašus. Šiame etape nedvejodamas kontaktuok su įmonės atstovais ir fakultetų praktikos vadovais, kurie padės tiksliau įvardinti uždavinius, rezultatus ir pan.

Kartu su įmonės atstovu, kuris bus ir Tavo praktikos vadovas, suderink praktikos planą, kuris turi atitikti VGTU suformuotą tikslą bei uždavinius. Kuo tiksliau aptarsis savo norus ir lūkesčius, tuo daugiau naudos gausi, ir išvengsi nesupratimų vėliau.

Praktikos atlikimas

Ką įmonė žino apie mane?

Įmonė, priimdama studentus į praktiką, tikisi, kad jie sustiprins savo turimus žmogiškuosius išteklius naujais nariais, kurie prisidės prie įmonės sėkmingos veiklos. Taip pat, dažnai į praktikantus žiūrima kaip į būsimus nuolatinius darbuotojus – įmonė investuoja savo darbuotojų laiką praktikantų apmokymui, ir tikisi, kad tai atsipirks.

Ką įmonė žino apie Tave? Tik tai, kas buvo nurodyta tavo CV ir motyvaciniame laiške. Neretai įmonės atstovai tiksliai net nežino, kokioje programoje mokaisi tokios programos keičiasi kasmet, tad savo žinias parodyti ir vertę įrodyti turėsi gyvai. Dar kartą peržiūrėk savo studijuojamus dalykus, prisimink dėstytojų paskaitas, kuriose gavai daug vertingų teorinių žinių, kurias norėtum išbandyti realybėje. Praktikos metu turėsi galimybę jas parodyti ir treniruotis taikyti praktiškai.

PATARIMAS: Patarimas: Prieš vykdamas į praktiką, ant anksčiau minėto lapo surašyk pasiruoš savo turimų žinių bei įgūdžių ir norimų įgyti sąrašą, kurį galėsi pildyti praktikos laikotarpiu.

Kokias užduotis atliksi?

Jaunas žmogus – kaip neapdirbtas brangakmenis, kurį nuglundinus, išryškėja visas jo grožis ir vertė. Neapdirbtai, atlikdamas visas užduotis, sieksi tobulo rezultato. Bet svarbu nusistatyti sau, kokias užduotis jau esi pasirengęs vykdyti, o kokioms dar trūksta žinių ar įgūdžių. Tai labai priklausė nuo Tavo praktikos tipo – ar tai pažintinė (kurios trukmė iki 2 savaitių), ar profesinė praktika (trukmė – 8 savaitės).

Praktikos tikslus ir uždavinius turėtum nusimatyti kartu su praktikos vadovu universitete, ir patikslinti juo su praktikos vadovu įmonėje. Jei Tavo atliekama praktika yra visiškai nesusijusi su uždaviniais, numatytais Tavo praktikos sutartyje, ir jei Tau skiriamos užduotys nesujusę su studijų ir praktinio mokymo specifika ir labiau skirtos ne kvalifikuotam darbui atlikti, būtinai apie tai kalbėk su savo praktikos vadovu tiek universitete, tiek ir įmonėje, drąsiai išsakyk savo lūkesčius. Kaip ir darbo vietoje, praktikos metu ne tik įmonė renkasi praktikantą, bet ir praktikantas renkasi įmonę/darbo vietą. Jei matai, jog ir išsąkęs lūkesčių neatitinkimą savo tikslų šioje įmonėje nepasieksi, turi teisę nutraukti savo praktikos sutartį ir keisti praktikos vietą.

Praktikos vadovo vaidmuo

Praktikos vadovas – tai Dėstytojas, kuris studentui padeda parengti ir tvirtinti praktikos planą, užtikrina praktikos tikslų įgyvendinimą bei padeda spręsti iškilusias praktikos eigoje problemas. Praktikos vadovas gerai žino Tavo studijų programą bei nutuokia, ką turi išmokti praktikos metu, t.y., numato pageidautinus Tavo praktikos uždavinius. Be to, praktikos vadovas vykdo Tavo praktikos monitoringą, tad nenustebk vieną dieną sulaukęs skambučio ar net jį sutikęs savo praktikos vietoje.

Praktikos vadovas įmonėje – įmonės kvalifikuotas specialistas, turintis bent trejų metų darbo patirtį, paskirtas ruožtu praktikantų vykdomą veiklą. Studentas su juo derina ir detalizuoja praktikos planą, tuo tarpu praktikos vadovas vykdo praktikos priežiūrą, o pasibaigus praktikos laikotarpiui, ją įvertina. Taigi, praktikos vadovas yra svarbus žmogus įmonėje.

Akadeinė praktikos užduotis ir realybė

Gali netrukus pastebėti, kad realiai veikiančioje įmonėje procesai vyksta kitaip, negu buvai išmokęs paskaitų metu. Taip juk ir turi būti. Teorijos įgyja prasmę tik tada, kai jos naudojamos, tačiau žinok, kad jos, pritaikytos konkrečioje situacijoje, gali būti mažiau pastebimos, bet labai veiksmingos. Taigi, Tavo uždavimai yra aptikti tuos skirtumus ir pasisemti praktinės teorijų įgyvendinimo patirties.

Praktikos metu verta atkreipti dėmesį ne tik į tai, kaip pritaikyti jau turimas žinias, bet ir pastebėti, kurioje srityje jū trūksta labiausiai. Susidūręs su sunkumais, nebijok kolegu klausyti būdų, kaip ir gebėjimai išmokyti – galbūt parekomenduos naują knygą, internetinį kursą ir studijas, o gal skirs laiko ir pamokys patys. Arba tiesiog atrasi sritį, į kurią norėsi pasigilinti plačiau sugrįžęs į kursą.

Elgesys darbo vietoje

Praktiką galima pavadinti realaus darbo simuliacija. Bet iš tiesų tai net ne simuliacija – tai reali pozicija. Tu dalyvauji atrankos pokalbyje, paskui dirbi, tik trumpai ir mažesnės apimties darbus, už juos turi atsiskaityti. Nuo to, kaip pasirodysi praktikos metu, priklausys tolesnis Tavo ir įmonės ryšys. Čia turi parodyti visas savo geriausias savybes, geriausias įgūdžius. Ir tada puiki rekomendacija iš įmonės atstovų pusės garantuota. Jei vis dėl to įmonėje ne visos vertybės Tau primtinos – bus puiki progą išmokyti tolerancijos, nes ateityje teks susidurti su įvairiomis situacijomis.

Motyvacija ir iniciatyva

Jeigu į praktiką ketini eiti tik formaliai gauti parašą, tai reikšia, jog nesi pasiruošęs praktikai ir nesuovoki jos svarbos savo tolesnei karjerai. Gilesnį supratimą apie praktikos naudą gali gauti dalyvaudamas karjeros psichologės organizuojamuose seminaruose. „Karjeros dienu“ renginyje, įvairiose karjeros mugėse bei individualių konsultacijų metu. Na, o jeigu jau suvoki prasmę ir esi motyvuotas, tai įmonė tikrai pastebės Tave, Tavo gebėjimus. Nebijok rodyti iniciatyvos sprendžiant konkretias užduotis, išreikšk savo nuomonę drąsiai, bet argumentuotai ir neįžūliai.

Su naujomis idėjomis pirmiausia kreipkis į praktikos vadovą įmonėje. Su juo galėsite aptarti, kas yra įmanoma, naudinga, ir kokie žmonės organizacijoje galėtų prie Tavo iniciatyvos prisidėti. Vienas lauke ne karys, teigia liaudies išmintis. Taip ir praktikos vietoje, tik tarka veikiant galios įsigieyti sėkmingų bendrų rezultatų. Taigi, bendrauti ir bendradarbiauti teks: kas moka, patobulins šiuos įgūdžius, nuo o kas dar ne – jų įgis.

Žinodamas, ką gali įgyti praktikos metu, stenkis elgtis ir dirbti taip, kad iš jos pasiimtum viską, kas įmanoma. Įmonės personalas dirba savo darbą, ir gali neprisiminti vis pasiteirauti, kaip tau sekasi, ar viskas gerai. Tavo iniciatyva čia – sėkmės garantas.

Kas suگو praktikantą?

Praktikos metu įmonė užtikrina praktikanto darbuotojų saugos ir sveikatos bei higienos normas atitinkančias darbo sąlygas, esant reikalui aprūpina praktikai atlikti būtinais darbo įrankiais, darbo drabužiais ir darbo apraizne, kitomis asmeninėmis ir kolektyvinėmis darbuotojų saugos ir sveikatos priemonėmis teisės aktuose nustatyta tvarka.

Praktikai pasibaigus

Praktikai pasibaigus svarbu nepaliesi atsiskaitymo už ją terminų, kurie yra patvirtinti VGTU Rektorius įsakymu. Nespėjusiems to padaryti laiku teks susitikti su skolininko dalia. Visą informaciją rasi Studijų direkciijos internetinėje svetainėje www.vgtu.lt/praktikos

Tavo įvertinimas

Įvertinimas susideda iš dviejų dalių. Pirmoji – tai Tavo paties įvertinimas ir susirūpinti. Kritika gerai, na o savikritika dar geriau, sako mokslininkai. Priešimk priešį, ir jos metu pildytą lapą ir susirašyk, ko išmokai, ką sužinojai. Pirmiausia, tai bus pagrindinis patirtis, tačiau jos gali praversti. Jei jau buvai dirbęs praktiką, pasiekė numatytus tikslus, ar, „perspektyvus būsimas šios kompanijos darbuotojas“. Įvertinimas pateikiamas trumpu aprašymu ir pažymiu.

Ryšys su įmone

Praktikai pasibaigus, sutvarkius visus reikalingus dokumentus, nepadėk į gilų stalčių įmonės kontaktų. Jie tau gali praversti rašant kursorius, atliekant laboratorinius darbus, rengiant diplominį projektą, arba ieškant darbo pasibaigus studijoms.

Praktikos vadovas gali Tau parašyti rekomendaciją. Žinoma, jei jos paprašysi. Nors Lietuvoje rekomendacijų iš buvusio darbdavio dažnai neprašoma, tačiau jos gali praversti. Jei jau susikūrei LinkedIn paskyrą, gali paprašyti parašyti rekomendaciją ten – tuomet ji bus matoma visiems galimiems darbdaviams ateityje.

Naudingos nuorodos

Visą su praktikos atlikimu susijusią informaciją rasi: www.vgtu.lt/praktikos

Patarimai praktikos ir karjeros planavimo temomis: www.vgtu.lt/karjera

Informacija apie artėjančius renginius ir įvairūs pasiūlymai karjeros tema: facebook.com/VGTU.Karjera

Jei nori nepaliesi karjeros planavimo ir artėjančių renginių naujienų, registruokis užpildydamas trumpą anketą: crm.vgtu.lt/lists/5cca987128f8/sign-up

Praktikos / darbo paieškos portaluose atliki tikslingą praktikos paiešką pagal sritis ir raktinius žodžius: www.praktika.vgtu.lt

www.gerapraktika.lt

www.cvonline.lt

www.cvmarket.lt

www.cvbankas.lt

www.cv.lt

www.firsky.lt

www.worklithuania.lt

Jei nesi tikras, kokia praktiką geriausia atlikti, kad vėliau galėtum savo karjerą pakreipti taip, kaip norėtum, tau gali padėti mentorius – žmogus, jau turintis profesines patirties, ir norintis ją dalintis. Mentorijų gali rasti universitete, LinkedIn'e, arba mentorystės platformoje, pvz., www.idialogue.lt

Jeigu atsakymo dėl praktikos čia nerandi, tai geriausiai patarėjas – praktikos vadovas universitete, su kuriuo gali bet kada susisiekti ir pasikonsultuoti.