## **Algemene regels voor stagiairs**

Je eerste dag op de werkvloer is spannend. Als stagiair heb jij natuurlijk een iets andere positie dan andere werknemers, want je gaat nog veel leren. Toch is een goede start voor jou belangrijk. Je wilt immers jouw stage goed afsluiten en een positieve indruk maken op je collega’s. Wat doe je op een eerste stagedag en wat kan je beter laten?

Een goede eerste indruk

De beste tip om een goede eerste indruk te maken is het aannemen van een goede houding. Met deze richtlijnen zal je een heel eind komen.

* Stel jezelf voor en kijk mensen aan als je met ze praat
* Luister geïnteresseerd naar collega’s. Stel vragen over bijvoorbeeld hun dagelijkse werkzaamheden of taken waar ze mee bezig zijn.
* Maak notities als je uitleg krijgt over hoe een systeem of computerprogramma werkt.
* Vragen stellen mag gerust. Je kan immers niet alles weten op jouw eerste dag.
* Lach!

Deze tips kende je (hopelijk) al

* Kom op tijd. Niet alleen op je eerste stagedag, maar gewoon iedere dag.
* Trek schone kleren aan en verzorg je haar en nagels.

# Stage Don'ts

Het is belangrijk dat het bedrijf waar je stage loopt tevreden is over jou als stagiair en met het werk dat je levert om je stageperiode succesvol door te komen. Lees daarom snel verder om te zien wat echte don’ts zijn op je stage.

### *Niks doen*

Natuurlijk is het belangrijk dat je als stagiair niet uitgebuit wordt, maar dat wil niet zeggen dat je niet hard moet werken. Het is van belang dat het bedrijf ziet dat jij een harde en gemotiveerde werker bent.

Als je het werk al eerder af hebt, kan je altijd om extra taken vragen.

Ga in ieder geval niet op Facebook zitten of niks doen.

### *Vertrouwelijke informatie verspreiden*

Ook al ben je geen vaste werknemer bent bij het bedrijf, toch geldt ook voor jou als stagiair dat je geen bedrijfsinformatie mag verspreiden.

Je mag wel aan andere mensen vertellen welke taken jij hebt, maar let er op dat je geen vertrouwelijke informatie doorvertelt.

### *Negatief en te informeel gedrag vertonen*

Zorg dat je altijd een positieve houding hebt tijdens je stage. Als je verveeld overkomt en iedere dag slechtgezind op stage komt, laat je een slechte indruk achter bij het bedrijf.

Let er daarnaast op dat je je ook niet te losbandig gedraagt of kleedt. Het verschilt echter wel per bedrijf wat wel en niet toegelaten is, dus informeer hier van tevoren goed naar om geen verkeerde indruk te geven aan je collega’s.

### *Afspraken niet nakomen*

Het is tenslotte van belang dat je je aan afspraken houdt. Hierbij kun je denken aan de kledingcode, maar ook aan het op tijd op je stage komen.

Als je je afspraken niet nakomt, geef je het bedrijf de indruk dat je ongeïnteresseerd en niet gemotiveerd bent.

# Stage Do's

Een stage is een eerste stap richting het echte werkleven. Tijdens je stage krijg je immers de kans om te ervaren hoe het bedrijfsleven in elkaar zit. Het is ook handig om te weten wat je nu juist wél moet doen op je stage.

### *Werk hard*

Zorg ervoor dat je hard werkt. Dit klinkt misschien nogal dom, maar het is leerzaam. Als je hard werkt, krijg je namelijk veel taken gedaan waardoor je veel ervaring op kan doen op meerdere vlakken.

Tijdens je stage moet je juist de kans grijpen om zoveel mogelijk te leren van de praktijk, aangezien dit niet hetzelfde is als leren uit een boek.

Als je al je taken af hebt, vraag dan om extra werk of biedt zelf mogelijke nieuwe projecten aan.

Ga in ieder geval niet op je telefoon zitten of andere dingen op je computer doen die niks met je stage te maken hebben.

### *Wees betrokken*

Veel stagiairs denken tijdens hun stage: ‘Ik zit hier toch maar 3 weken’. Dat is echter niet de juiste instelling die je als stagiair zou moeten hebben.

Bedrijven waarderen het als jij je betrokken voelt bij de organisatie en het team. Om die reden is het goed om goed mee te werken en zelf initiatief te tonen tijdens het werk.

Bovendien wordt het gewaardeerd als je je collega’s leert kennen en daardoor meer betrokken raakt bij het team.

### *Leer snel*

Een stage is bedoeld om te leren van de praktijk.

Je mag dus gerust fouten maken, maar je moet hier wel van leren. Sta daarom open voor feedback en kritiek van je collega’s en probeer dit vervolgens toe te passen. Zij willen je immers alleen maar helpen, zodat jij je kennen en kunnen kunt verbeteren.