

Praktikumsbericht von Jan-Niklas Spiekers (09.03.2026 – 17.04.2026)



Mein sechswöchiges Praktikum im Bundestagsbüro von Bärbel Bas war für mich nicht nur fachlich bereichernd, sondern auch persönlich als SPD-Mitglied ein absolutes Highlight. Politik, die ich sonst vor allem aus der Perspektive eines engagierten Mitglieds kannte, durfte ich hier aus nächster Nähe miterleben.

Von Anfang an wurde ich herzlich von dem Team aufgenommen und in die Arbeit des Büros eingebunden. Ein zentraler Bestandteil meiner Arbeit war die Bearbeitung von Bürgeranfragen. Täglich erreichten uns Nachrichten - per Post oder über Plattformen wie Abgeordnetenwatch - zu ganz unterschiedlichen Themen. Hierzu habe ich recherchiert, Hintergründe aufbereitet und Antworten formuliert. Dabei wurde mir besonders bewusst, wie wichtig es ist, politische Entscheidungen verständlich zu erklären und auf die konkreten Sorgen der Menschen einzugehen.

Ein weiterer zentraler Bestandteil meiner Arbeit war das Erstellen von Social-Media-Posts. Dabei konnte ich eigene Ideen einbringen und mir Gedanken darüber machen, wie politische Inhalte noch besser vermittelt werden können.

Sehr interessant fand ich auch die wöchentlichen Besprechungen mit dem Duisburger Wahlkreisbüro und dem Ministerium. Hier wurde deutlich, wie viele Ebenen politischer Arbeit ineinandergreifen und wie viel Organisation dabei notwendig ist.

Darüber hinaus habe ich regelmäßig kurze Zusammenfassungen und Erklärungen zu

namentlichen Abstimmungen im Bundestag erstellt, die später auf der Homepage von Bärbel Bas veröffentlicht wurden. Das hat mir geholfen, komplexe politische Inhalte schnell zu erfassen und verständlich darzustellen - eine Fähigkeit, die ich in Zukunft definitiv weiter nutzen möchte.

Ein besonderes Highlight war für mich das Praktikant*innenprogramm der SPD-Bundestagsfraktion. Dadurch hatte ich die Möglichkeit, verschiedene Bundesministerien kennenzulernen, Gespräche mit anderen SPD-Abgeordneten zu führen und habe dadurch einen noch breiteren Einblick in den Berliner Politikbetrieb zu bekommen. Zusätzlich konnte ich Plenardebatten und Ausschusssitzungen im Bundestag verfolgen, was für mich besonders spannend war, da ich die politische Arbeit sonst nur aus der Distanz kannte. Sehr dankbar bin ich auch dafür, dass Bärbel Bas sich die Zeit genommen hat, sich persönlich mit mir auszutauschen.

Rückblickend war das Praktikum fachlich und persönlich eine absolute Bereicherung für mich. Ich habe nicht nur viel über politische Abläufe, Kommunikation und Organisation gelernt, sondern auch noch einmal bestärkt mitgenommen, warum ich mich politisch engagiere.

Für die Offenheit, die vertrauensvolle Zusammenarbeit und die wertvollen Erfahrungen, die ich in den sechs Wochen sammeln durfte, möchte ich mich bei Bärbel Bas und dem gesamten Team herzlich bedanken!



