

Studier

-Werkstatt

SoSe 2020

Workshops der Studierwerkstatt

Ausführlichere Informationen finden Sie auf unserer Webseite:
www.uni-bremen.de/studierwerkstatt

**Studiennmethoden
& Persönlichkeit**

Kommunikation

**Wissenschaftliches
Arbeiten und Schreiben**

**Tutor*innen
und Coaches**

Studienmethoden & Persönlichkeit

Selbstmanagement

Ein Seminar für mehr Erfolg und Zufriedenheit im Studium: Wie schaffe ich es mit mir und den Anforderungen im Studium im Einklang zu bleiben? (3 ECTS/CP)

„Welche Haltung und welche Tools (Zeit- und Selbstmanagement, Lernmethoden etc.) brauche ich, um mit Freude und Erfolg zu studieren?“

Seminar: 17./18.04.20 von 10-17 Uhr, Seminar: 05./06.06.20 von 10-17 Uhr
Seminar: 10./11.07.20 von 10-17 Uhr

Studienprojekte "agil" meistern (für Studierende der MINT-Fächer) (3 ECTS/CP)

„Wie kann ich mit einfachen Regeln und Prinzipien Studienprojekte erfolgreich umsetzen bzw. anleiten?“
– Agiles Projektmanagement und Scrum. Seminar: 16./17.05.20 von 9-16 Uhr

Studieren, wie ich will (1 ECTS/CP)

„Wie kann ich eigene Stärken und Begabungen mit den Anforderungen im Studium kombinieren?“
Seminar: 17.07.20 von 10-17 Uhr

Wie kann ich vom Start ins Studium bis zum Abschluss von einer Lerngruppe profitieren? (3 ECTS/CP)

„Ich lerne hier, wie ich mit einer Lerngruppe erfolgreich zusammenarbeite und im Studium von den Synergieeffekten profitieren kann.“

Seminar: 05.05.20 von 15-19 Uhr und 08.05.20 von 10-17 Uhr, Seminar: 12.05.20 von 15-19 Uhr

Joggling – joggend jonglieren und dabei entspannen (3 ECTS/CP)

„So bekomme ich den Kopf frei vom Lern- und Prüfungsstress. Mit Ausdauer und Geschicklichkeit halte ich Geist und Körper fit.“

Kurs: Dienstags von 16-17.30 Uhr. Anmeldungen nur über Hochschulsport!

Entspannter und effektiver Lernen

Eine Hilfe mit den Lernanforderungen im Studium besser umzugehen – Yogaübungspraxis (1 ECTS/CP)

„Yoga- und Atemübungen helfen mir, den Stress abzubauen und die Motivation zu stärken. Damit werde ich innerlich ruhiger und kann mich den Anforderungen des Studiums gestärkt stellen.“

Seminar: 08.05./26.06.20 von 15-21 Uhr

Effektiver Stressabbau „Mit Muskelentspannung besser lernen und Prüfungen vorbereiten“ (1 ECTS/CP)

„Ich erlerne in diesem Seminar eine Methode, um mich beim Lernen besser konzentrieren zu können und entspannt in die Prüfung zu gehen.“ Seminar: 08./15.05.20 von 16-20 Uhr

Erfolgreicher lernen und Lernstress besser bewältigen durch Achtsamkeit (3 ECTS/CP)

„Was ist Achtsamkeit und wie hilft sie mir besser zu lernen?“ Durch die Achtsamkeitspraxis kann das eigene Lernerleben und die Freiheit der Gestaltung dieser Situation besser erkannt und angenommen werden.

Seminar: 29.05./05.06.20 von 9-16 Uhr, Seminar: 03./04.09.20 von 9-16 Uhr

Lesetechniken

Critical Thinking – wie man kritisch mit wissenschaftlichen Texten umgeht (3 ECTS/CP))

„Hier lasse ich, wie ich selbstbewusst mit einem wissenschaftlichen Text umgehe und den Inhalt sinnvoll in meinen eigenen Text integriere.“

Seminar: 14.09.20 von 9-15 Uhr und 15./16.09.20 von 9-14 Uhr

Mit Textquellen umgehen – vom Lesen zum Schreiben (3 ECTS/CP)

„Mit dem Wissen aus diesem Seminar weiß ich, wie ich wissenschaftliche Texte zielgerichtet lese, die Information von dort aufgreife und korrekt in eigenen Worten in meinem Text wiedergebe.“

Seminar: 24./25.06.20 von 10-17 Uhr

Speed-Reading – schneller lesen, mehr verstehen (1 ECTS/CP)

„Ich verbessere meine Lesekompetenz mit der Synchronisation von Augen und Gehirn: Das Training hilft mir, die vielen Texte, die jede Woche aufs Neue im Studium anfallen, rechtzeitig und angemessen zu lesen.“ Seminar: 09.05./27.06.20 von 10-17 Uhr

Prüfungen vorbereiten

Gelassen und optimal vorbereitet in die Prüfungen (3 ECTS/CP)

Ein Seminar zur Stärkung der Motivation und Gelassenheit für Prüfungs- und Klausurvorbereitung. Körper, Seele und Geist werden aufeinander abgestimmt, um bessere Leistungen zu bringen.

Seminar: 16./17.05.20 von 9-16 Uhr

Gehirn-gerecht lernen, erfolgreich studieren (3 ECTS/CP)

„Ich lasse, wie ich im Einklang mit mir selbst und meinem Gehirn arbeite: durch Reflexion, Methoden, Anwendung.“ Seminar: 03./10.07.20 von 9-16 Uhr

Erfolgreich Prüfungen bestehen – mit den richtigen Methoden sich gezielt auf Prüfungen vorbereiten (0 ECTS/CP)

„Sind meine Prüfungsvorbereitungen sinnvoll und angemessen? Falls nicht, verfeinere ich in diesem Coaching meine Techniken und erfahre etwas über effektive Lernstrategien.“

Seminar: 07.07.20 von 15-19 Uhr

Kommunikation

Präsentieren

Grundlagenseminar: Einführung in die Rhetorik – ein Präsentationstraining (3 ECTS/CP)

„Wie wecke ich das Interesse meiner Zuhörer und wie gestalte ich einen wissenschaftlichen Vortrag? Sicher im Vortrag und in der Präsentationssituation!“

Seminar: 25.04./09.05.20 von 10-17 Uhr

Erfolgreich kommunizieren und präsentieren (3 ECTS/CP)

„Hier lerne ich was die Grundlagen der Kommunikation sind und wie eine Präsentation souverän und kompetent gehalten wird.“.

Seminar: 15.05.20 von 9-16 Uhr und 16.05.20 von 10-17 Uhr

Interkulturelles Training (3 ECTS/CP)

„Hier lerne ich Methoden kennen, wie ich mit Menschen unterschiedlicher Kulturen gut kooperiere“.

Seminar: 26.06.20 von 9-16 Uhr und 27.06.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 10.07.20 von 9-16 Uhr und 11.07.20 von 10-17 Uhr

Rhetorik-Referate-Training mit Video-Feedback (3 ECTS/CP)

„Neben der Besprechung kleinerer theoretischer Aspekte zur Gestaltung von Referaten oder Präsentationen lerne ich eine große Auswahl an praktischen Übungen zu verschiedenen Kommunikationssituationen kennen.“

Seminar: 17./18.06.20 von 10-17 Uhr

Interaktive Methoden für Seminare und Referate (3 ECTS/CP)

„Hier erhalte ich Anregungen, wie ich Referate und Lehreinheiten abwechslungsreich gestalte“.

Seminar: 22./23.07.20 von 10-17 Uhr

Kleine Änderung – große Wirkung! Die Ressource Körpersprache nutzen lernen (3 ECTS/CP)

„Hier lerne ich, wie ich meine Wirkung steigere im Auftreten vor Gruppen.“

Seminar: 09./10.05.20 von 10-17 Uhr

Speakers Corner – denn Reden lernen wir nur durch's Reden (3 ECTS/CP)

„Hier erhalte ich durch viel Redepraxis größere Sicherheit im Sprechen vor Gruppen.“

Seminar: 20.04./ 04.05./ 18.05./ 08.06./ 15.06./ 29.6./ 06.07./ 13.07.20 von 16-18 Uhr



Moderation / Miteinander Reden

Gespräch – Struktur – Lösung: So einfach geht es mit Moderationstechniken! (3 ECTS/CP)

„Wie kann ich Moderationsmethoden in Lerngruppen entspannt organisieren?“

Seminar: 12.06.20 von 14-19 Uhr und 13.06.20 von 9-17 Uhr

Souverän und sicher sein – Moderationstraining für Studierende (3 ECTS/CP)

„Hier erhalte ich das Handwerkszeug für kompetentes Moderieren von Gruppen.“

Seminar: 19.06./03.07.20 von 10-17 Uhr

Feine Kommunikation in Beratungs-, Lehr- und Lernsituationen (3 ECTS/CP)

„Wie kann ich in Konfliktsituationen souverän wirken? Wie gelingt es mir, das Interesse der Lernenden zu wecken?“

Seminar: 08.05.20 von 15-20.30 Uhr und 09.05.20 von 9-17 Uhr

Entwicklung einer standfesten Haltung und einer verständnisvollen Kommunikation (3 ECTS/CP)

„Mit einer speziellen Zusammenstellung effektiver Kommunikationskonzepte lasse ich hier meine Haltung zu stärken und aufbauend zu kommunizieren.“

Seminar 23./30.06.20 und 07./14.07.20 von 16-20 Uhr

Coaching – Eine Einführung (3 ECTS/CP)

„Hier lasse ich die Grundhaltungen von Coaches sowie deren Arbeitswerkzeuge kennen und ich probiere sie selber aus.“

Seminar: 07./08.05.20 von 10-17 Uhr

Umgang mit Konflikten und schwierigen Situationen auf Basis der gewaltfreien Kommunikation (3 ECTS/CP)

„Schlichten und moderieren mit Hilfe der gewaltfreien Kommunikation.“

Seminar: 22./23./24.07.20 von 10-17 Uhr

Umgang mit Konflikten und schwierigen Situationen auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation - Aufbau (3 ECTS/CP)

„Hier kann ich meine Grundkenntnisse vertiefen - Schlichten und moderieren mit Hilfe der gewaltfreien Kommunikation sowie weitere Inhalte und Anwendungsmöglichkeiten der GFK kennen lernen.“

Seminar: 06./07.08.20 von 10-17 Uhr

Konflikte vorbeugen, Konflikte moderieren und bewältigen (3 ECTS/CP)

„Ich streite, weil Du mir wichtig bist!“ Konstruktiver Umgang mit Konflikten zur Verbesserung der sozialen Kommunikation.

Seminar: 27./28.08.20 von 9-16 Uhr

Wissenschaftliches Arbeiten und Schreiben

Schreibtrainings für Hausarbeiten

Ein Schreibtraining für Hausarbeiten (3 ECTS/CP)

„Hier trainiere ich mit Hilfe von Schreibübungen strukturiert und zielgerichtet die Durchführung einer wissenschaftlichen Arbeit von der ersten Idee bis zur Abgabe.“

Seminar: 25./26.04.20 von 9-16 Uhr

Seminar: 16./17.05.20 von 9-16 Uhr

Seminar: 06./07.06.20 von 9-16 Uhr

Seminar: 27./28.06.20 von 9-16 Uhr

Seminar: 08./09.07.20 von 9-16 Uhr

Argumentieren im Text (1 ECTS/CP)

„Den roten Faden finden und behalten – wie ich Aussagen im Text sinnzusammenhängend begründen und darstellen kann!“

Seminar: 12./13.05.20 von 09-12 Uhr

Schreiblabor (0 ECTS/CP)

„In kleiner Runde (max. 8 TN) mit klar strukturiertem Arbeitsrahmen am eigenen Text arbeiten und ggf. Schreibberatung und Austausch bekommen.“ Jeder Termin einzeln buchbar!

Seminar: 23.04.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 07.05.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 04.06.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 18.06.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 02.07.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 16.07.20 von 14-17 Uhr

Textfeedback geben und nehmen – Über eigene und fremde Texte sprechen (1 ECTS/CP)

„Wie respektvolles, wertschätzendes und konstruktives Textfeedback gegeben und angenommen werden kann, ist Inhalt dieser Veranstaltung.“

Seminar: 18.05.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 08.06.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 29.06.20 von 14-17 Uhr

Seminar: 13.07.20 von 14-17 Uhr

Schreibwerkstätten für Abschlussarbeiten

Schreibwerkstatt Bachelor-Thesis I (3 ECTS/CP)

Vom gelungenen Konzept zur gelungenen Bachelorarbeit: "Wie kann ich meine Forschungsfrage finden und erste Hypothesen bilden, wie schreibe ich das Exposé?"

Seminar: 22./23.04.20 von 9-16 Uhr

Seminar: 13./14.05.20 von 9-16 Uhr

Schreibwerkstatt Bachelor-Thesis II (3 ECTS/CP)

Die Hürden beim Schreiben der Bachelor-Arbeit überwinden und das Projekt gut beenden. "Wie werde ich fertig mit jeder Herausforderung und wie schließe ich die Bachelorarbeit erfolgreich ab?"

Seminar: 10./11.06.20 von 9-16 Uhr

Startschuss: Die Haus- und Bachelorarbeit schreiben (3 ECTS/CP)

„Hier hole ich mir den Schwung, um mein Schreibprojekt auf den richtigen Weg zu bringen.“

Seminar: 09./10.07.20 von 9-16 Uhr

Die Masterthesis schreiben (3 ECTS/CP)

„Von der Idee zum Exposé und vom Lesen zum fertigen Text: klar überzeugend und ohne Zeitverlust.“

Seminar: 17./18.06.20 von 9-16 Uhr



Wissenschaftliches Arbeiten und Schreiben

Formulieren und Formatieren

Warum kompliziert, wenn's auch einfacher geht?! – Formulierungstraining für verständlicheres Schreiben (1 ECTS/CP)

“Wie kann ich schwierige Sachverhalte möglichst verständlich und dennoch präzise und sprachlich korrekt ausdrücken?”

Seminar: 25.05.20 von 14-17:30 Uhr

Seminar: 27.06.20 von 10-17 Uhr

Formatieren langer Texte mit Word (1 ECTS/CP)

“In diesem Seminar lerne ich viele verschiedene Werkzeuge von Word kennen, die das Formatieren und gestalten von Texten erleichtern.”

Seminar: 09./10.06.20 von 9-12:30 Uhr

Excel-Grundlagen für wissenschaftliche Arbeiten (1 ECTS/CP)

“In diesem Seminar werden die Grundlagen vermittelt, um Daten und vor allem Zahlen in Excel-Tabellen zu pflegen und grundlegende Berechnungen durchzuführen.”

Seminar: 28./29.04.20 von 9-12:30 Uhr

Seminar: 23./24.06.20 von 9-12:30 Uhr

Excel-Vertiefung für wissenschaftliche Arbeiten (1 ECTS/CP)

„Hier erfahre ich, wie ich Statistik mit Funktionen (z.B. TEILERGEBNIS, WENN, SVERWEIS) und Pivot-Tabellen (Kreuztabellen) anlege und Verknüpfungen in Excel und zu anderen Anwendungen (Word, PowerPoint) herstelle.“

Seminar: 12./13.05.20 von 9-12:30 Uhr

Seminar: 07./08.07.20 von 9-12:30 Uhr

Wissenschaftlich formulieren (1 ECTS/CP)

„Wissenschaftlich formulieren bedeutet auch, komplexe Sachinhalte so ausführlich wie für das Verständnis nötig und so prägnant und kompakt wie möglich darzustellen.“

Seminar: 21./22.04.20 von 9-12 Uhr

Strukturiert und lebendig schreiben – für Essays, Blogs und andere Texte (1 ECTS/CP)

„Hier erfahre ich, wie ich stilistisch mein wissenschaftliches Thema in unterschiedlichen Textformen ansprechend darstelle.“

Seminar: 05.06.20 von 10 -17 Uhr

Peer Learning: Tutor*innen und Coaches

Schulung für Tutorinnen und Tutoren (3 ECTS/CP)

„Hier lerne ich, wie ich souverän, geschickt und ideenreich ein Fach-Tutorium plane und durchführe.“

Seminar: 13./14.03.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 28./29.03.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 15./16.05.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 25./26.09.20 von 10-17 Uhr

Coaching – Eine Einführung (1 ECTS/CP)

„Hier lerne ich die Grundhaltungen von Coaches sowie deren Arbeitswerkzeuge kennen und ich probiere sie selber aus“.

Seminar: 07./08.05.20 von 10-17 Uhr

Ein Seminar für mehr Erfolg und Zufriedenheit im Studium: Wie schaffe ich es mit mir und den Anforderungen im Studium im Einklang zu bleiben? (3 ECTS/CP)

„Welche Haltung und welche Tools (Zeit- und Selbstmanagement, Lernmethoden etc.) brauche ich, um mit Freude und Erfolg zu studieren?“

Seminar: 17./18.04.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 05./06.06.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 10./11.07.20 von 10-17 Uhr

Wie kann ich vom Start ins Studium bis zum Abschluss von einer Lerngruppe profitieren? (3 ECTS/CP)

„Ich lerne hier, wie ich mit einer Lerngruppe erfolgreich zusammenarbeite und im Studium von den Synergieeffekten profitieren kann.“

Seminar: 05.05.20 von 15-19 Uhr, 08.05.20 von 10-17 Uhr und 12.05.20 von 15-19 Uhr

Konflikte vorbeugen, Konflikte moderieren und bewältigen (3 ECTS/CP)

„Ich streite, weil Du mir wichtig bist!“ Konstruktiver Umgang mit Konflikten zur Verbesserung sozialer Kommunikation.

Seminar: 27./28.08.20 von 9-16 Uhr

Umgang mit Konflikten und schwierigen Situationen auf Basis der gewaltfreien Kommunikation (3 ECTS/CP)

„Schlichten und moderieren mit Hilfe der gewaltfreien Kommunikation“.

Seminar: 22./23./24.07.20 von 10-17 Uhr

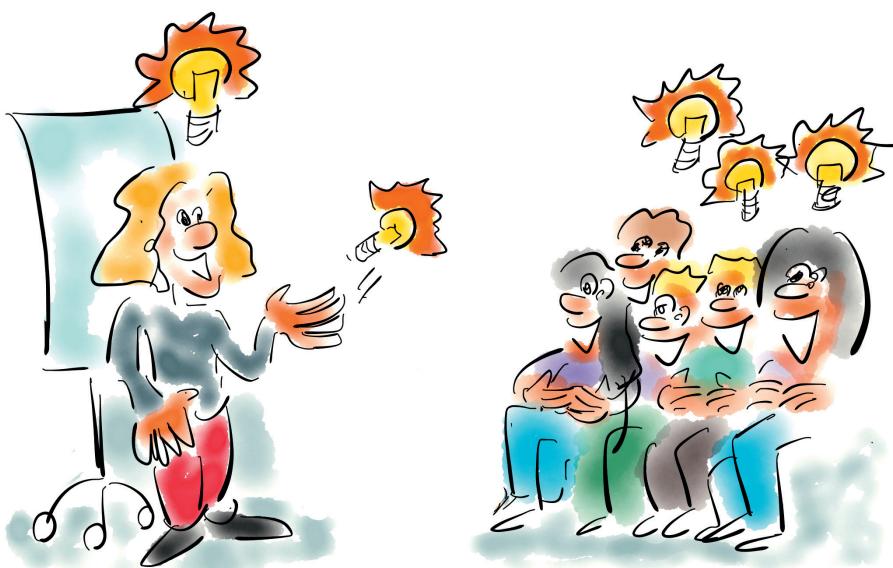
Peer Learning: Tutor*innen und Coaches

Interkulturelles Training (3 ECTS/CP)

„Hier lerne ich Methoden kennen, wie ich mit Menschen unterschiedlicher Kulturen gut kooperiere.“

Seminar: 26.06.20 von 9-16 Uhr und 27.06.20 von 10-17 Uhr

Seminar: 10.07.20 von 9-16 Uhr und 11.07.20 von 10-17 Uhr



Coaches

Als Peer-to-Peer Coach unterstützen Studierende in allen Fachbereiche an der Universität Bremen ihre Mitstudierenden bei überfachlichen Themen: Beispielsweise beim Schreiben von wissenschaftlichen Arbeiten, Erarbeiten von Präsentationen, Gestalten von Postern, Durchführen von kleineren Forschungsprojekten etc.

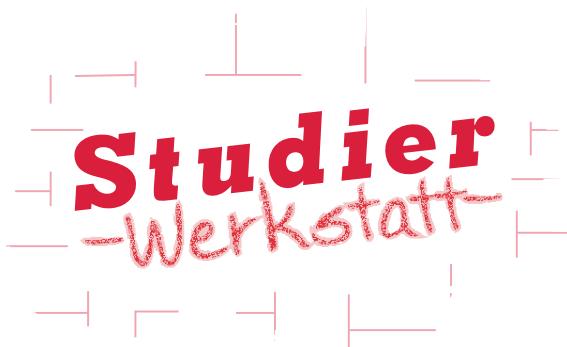
Die Einsatzplanung erfolgt in den Fachbereichen – über die Anträge zu ForstA-Projektmitteln. Die Studierwerkstatt bereitet die Studierenden mit dem überfachlichen Gewusst-wie auf die Tätigkeit als Coach vor, begleitet die Einsätze und reflektiert gemeinsam mit den Coaches den Erfolg der Arbeit.

Mehr Informationen unter: www.uni-bremen.de/studierwerkstatt/coachausbildung



GEFÖRDERT VOM





Besucheradresse: Zentralbereich ZB C 1040

Ausführlichere Informationen zu Terminen und Gebühren aller Workshops finden Sie auf unserer Webseite

www.uni-bremen.de/studierwerkstatt

******* SO ERWERBE ICH CP'S:**

1 CP: Ich besuche eine 8 stündige Veranstaltung und schreibe eine Hausarbeit (2-3 Seiten plus Deckblatt).

3 CP: Ich besuche eine 16 stündige Veranstaltung und schreibe eine Hausarbeit (8-10 Seiten plus Deckblatt).

Hinweise zu den ECTS/CP-Empfehlungen:

Als zentrale Einrichtung der Universität sprechen wir lediglich Empfehlungen aus. Über die Vergabe von CP entscheiden allein die Prüfungsausschüsse der Studiengänge. Bisher wurden alle CP-Empfehlungen von den Prüfungsämtern anerkannt.