

Studium Generale *Soft Skills*



4 TERMINE IM 1. QUARTAL 2022

EFFEKTIV STUDIEREN, PRÜFUNGEN ERFOLGREICH BESTEHEN

EMPFOHLEN FÜR 1. UND 2. SEMESTER

Der Workshop findet Online statt

Prüfungsangst? Konzentrationsschwierigkeiten? Blackout? Im Seminar „Effektiv studieren“ werden Grundlagen und Maßnahmen für einen klaren Kopf vor und während der Klausur besprochen und eingeübt.

- Körperliche Grundlagen für Konzentration und Motivation sowie den Biorhythmus beachten
- Lernkanäle aktivieren: Konzentriertes Zuhören, Verstehen und Speichern
- Lesegeschwindigkeit und -verständnis verbessern
- Wissen abrufen, gut und strukturiert antworten
- Flüssig schreiben und Klausuren in der vorgegebenen Zeit beenden
- Individuelle Lern- und Prüfungsziele formulieren
- Prüfungsängsten und Blackouts vorbeugen, denk- und handlungsfähig sein
- Mentaltraining und „SOS“- Übungen für Prüfungssituationen

Termine:

Kurs 1	Freitag, 28.01.2022, 15.00 – 18.00 Uhr
Kurs 2	Samstag, 29.01.2022, 9.00 – 12.00 Uhr
Kurs 3	Freitag, 04.02.2022, 15.00 – 18.00 Uhr
Kurs 4	Samstag, 05.02.2022, 9.00 – 12.00 Uhr

Referentin: Gabriele Koch, Dipl.-Ing., Gesundheitspädagogin (FH)

Das Seminar ist interaktiv gestaltet, daher ist die Teilnahme mit Kamera und Mikrophon Voraussetzung!



**Ansprechpartner,
Anmeldung & Infos**

Andrea Bürk

Referentin studentische
Angelegenheiten

buerk@dhbw-ravensburg.de

Anmeldung mit Angabe
von Name, Kurs und
Handynummer.