

ORGANISATORISCHES

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich über das Online-Formular an unter:

■ www.uni-heidelberg.de/studium/imstudium/beginn

Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung per E-Mail mit der Bankverbindung (bei kostenpflichtigen Kursen). Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, die Platzvergabe erfolgt nach Eingang der Anmeldung.

KURSBEITRAG

Der Kostenbeitrag beträgt 15 Euro pro Kurs. Darin sind Kursunterlagen und Getränke enthalten. Falls die Kursgebühr ein Hindernis für Ihre Teilnahme an einem Kurs darstellt, wenden Sie sich bitte an Hedi Blumer, hedi.blumer@zuv.uni-heidelberg.de.

VERANSTALTUNGSORT

Wenn nicht anders angegeben, finden die Kurse im Seminarzentrum Dezernat 2, Gebäude 4311, Bergheimer Str. 58 A (Eingang Fehrentzstraße) statt.

ANGEBOTE DES CAREER SERVICE

Sie möchten sich frühzeitig mit Ihren beruflichen Perspektiven auseinandersetzen und wichtige Schlüsselqualifikationen für den Beruf erwerben? Nutzen Sie die Möglichkeit einer Einzelberatung oder werfen Sie einen Blick in das Veranstaltungsprogramm des Career Service.

■ www.uni-heidelberg.de/careerservice

KURSANGEBOT AN DEN FÄCHERN

Beachten Sie auch die Kursangebote/Tutorien in Ihrem Fach:

■ www.uni-heidelberg.de/slk/angebot/studiengaenge.html

ALLE KURSE IM ÜBERBLICK

WINTERSEMESTER 2017/18

Oktober

- 24.10.2017 Praxiskurs Zeit- und Selbstmanagement
- 28.10.2017 Effizienter Lernen und Zeitmanagement

November

- 04.11.2017 Gut unterwegs? Standortbestimmung im Studium
- 09.11.2017 Stress konstruktiv bewältigen
- 18.11.2017 Effizienter Lernen und Zeitmanagement
- 18.11.2017 Präsentieren und wissenschaftliches Schreiben
- 27.11.2017 Besser konzentriert – Worauf es ankommt!

Dezember

- 13.12.2017 Studium und kein Abschluss
- 18.12.2017 Selbstsicher und gelassen auftreten – ein Selbstbehauptungstraining

Januar

- 10.01.2018 Prüfungsangst
- 15.01.2018 Heute lege ich los! Aufschieben war gestern
- 18.01.2018 Auftritt und Wirkung – Praxiskurs Präsentieren
- 23.01.2018 Spurwechsel – Alternativen für Studienzweifler
- 26.01.2018 Gut unterwegs? Standortbestimmung im Studium

Februar

- 03.02.2018 Präsentieren und wissenschaftliches Schreiben
- 07.02.2018 Praxiskurs Zeit- und Selbstmanagement
- 21.02.2018 Bachelor, und was dann?

ZENTRALE STUDIENBERATUNG DEZERNAT STUDIUM UND LEHRE

Hausadresse: Universität Heidelberg
Zentrale Studienberatung/Career Service
Seminarstraße 2 (1. OG)
69117 Heidelberg

Internet: www.uni-heidelberg.de/zentralestudienberatung

SERVICEPORTALE FÜR INFORMATIONEN RUND UMS STUDIUM

Serviceportal: Seminarstraße 2 (EG)
69117 Heidelberg
Mo – Do 10 – 16 Uhr, Fr 10 – 14 Uhr

Info-Telefon: 06221 54 5454
Mo – Do 9 – 16 Uhr, Fr 9 – 13 Uhr

E-Mail: studium@uni-heidelberg.de

Internet: www.uni-heidelberg.de/studium

Stand: September 2017

ZENTRALE
STUDIENBERATUNG



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386



STARK IM
STUDIUM

PRÜFUNGS-
ANGST

SOUVERÄN
AUFTRETEN

KURSE FÜR
STUDIERENDE
WINTERSEMESTER
2017/18

EFFIZIENTER
LERNEN

STUDIEN-
ZWEIFEL

WISSEN-
SCHAFTLICH
SCHREIBEN

GELASSEN DURCHS STUDIUM

MO 18.12.

10:00 – 18:00
Dauer: 1 Tag

Selbstsicher und gelassen auftreten – ein Selbstbehauptungstraining

Kritik üben und annehmen, den eigenen Standpunkt vertreten und sich durchsetzen, wenn es darauf ankommt. Etwas fordern oder Nein sagen, ohne den anderen vor den Kopf zu stoßen – all das können Sie lernen!

MO 09.11.

09:00 – 17:30
Dauer: 1 Tag

Stress konstruktiv bewältigen

Anspannung und Stress hemmen die Lernfähigkeit und die Konzentration. Dieser Kurs richtet sich an Studierende, die lernen möchten produktiv mit Stress umzugehen.

MI 10.01. +
MI 17.01. +
MI 24.01.

16:30 – 19:30
Dauer: 3 Abende

Prüfungsangst **Neuer Kurs**

Größere Angst vor Prüfungen kann die Leistung und das Wohlbefinden beeinträchtigen. In diesem Kurs erfahren Sie etwas über die Ursachen und Wirkung von Prüfungssängsten. Zudem lernen Sie Strategien zum Umgang mit Angstsymptomen und Blackout kennen und können diese im Kursverlauf einüben.

* Dieser Kurs ist kostenfrei. Es besteht die Möglichkeit 1 ECTS-Punkt für „Übergreifende Kompetenzen“ zu erwerben. Die Leistungspunkte werden vom Fach entsprechend der Prüfungsordnung auf der Grundlage der Teilnahmebescheinigung/Modulbeschreibung vergeben.

ERFOLGREICH LERNEN UND ZEITMANAGEMENT

DI 24.10.

09:30 – 17:30
Dauer: 1 Tag

Praxiskurs Zeit- und Selbstmanagement

Sie haben bereits Methoden ausprobiert, Ihr Zeitmanagement zu verbessern? Ausgehend von Ihrer aktuellen Studiensituation machen Sie sich auf die Suche nach geeigneten Herangehensweisen, wie Sie die Verwendung Ihrer zeitlichen Ressourcen erfolgreich gestalten. Es werden keine theoretischen Grundlagen vermittelt.

Weiterer Kurs:
07.02.

SA 28.10. +
SO 29.10.

09:00 – 18:00
Dauer: 2 Tage
ECTS-Kurs*

Effizienter Lernen und Zeitmanagement

Sie lernen in diesem Kurs Strategien und Techniken des selbst gesteuerten Lernens sowohl in Lehrveranstaltungen als auch im Eigenstudium effizient einzusetzen. Darüber hinaus üben Sie die drei grundlegenden Aufgaben des Zeitmanagements (Work-Life-Balance, operatives Zeitmanagement, Selbstmotivation) angemessen zu erfüllen.

Weiterer Kurs:
18./19.11.

MO 27.11. +
MO 04.12 +
MO 11.12.

09:00 – 12:00
Dauer:
3 Vormittage

Besser konzentriert – Worauf es ankommt!

Einen konzentrierten Zustand herstellen und aufrechterhalten zu können, ist eine wichtige Voraussetzung für effektives Lernen und Arbeiten. In diesem Kurs kommen Sie Ihren Konzentrationsbarrieren auf die Spur. Sie lernen Methoden kennen, wie Sie sich vor Ablenkungen schützen und Ihre Aufmerksamkeit auf die anstehende Aufgabe richten.

MO 15.01.

09:00 – 17:00
Dauer: 1 Tag

Heute lege ich los! Aufschieben war gestern

Wer kennt das nicht? Eigentlich wollte man etwas für die Uni tun, aber dann kam etwas dazwischen. Dieser Kurs richtet sich an Studierende, die ihren inneren Schweinehund näher kennenlernen und Ideen entwickeln möchten, wie man ihn an die Leine nehmen kann.

SOUVERÄN AUFTRETEN UND WISSENSCHAFTLICHES SCHREIBEN

SA 18.11. +
SO 19.11.

09:00– 18:00
Dauer: 2 Tage
ECTS-Kurs*

Weiterer Kurs:
28./29.10.

Präsentieren und wissenschaftliches Schreiben

In diesem Kurs lernen Sie, Präsentationen kommunikativ und nachhaltig zu gestalten und dabei verschiedene Aspekte (Adressatenbezug, Aufbau, Visualisierung, Körpersprache/Stimme) angemessen zu berücksichtigen sowie Texte entsprechend den Prinzipien des wissenschaftlichen Schreibens zu verfassen.

DO 18.01.

09:00 – 18:00
Dauer: 1 Tag

Auftritt und Wirkung – Praxiskurs Präsentieren

Sie haben ein Referat oder eine Präsentation vor sich und machen sich Gedanken, wie Sie am besten „überkommen“? Im Praxiskurs üben Sie Ihren Auftritt und erhalten konstruktives Feedback zu Ihrer Wirkung. Es werden keine theoretischen Grundlagen vermittelt. Wir arbeiten direkt an Ihren Präsentationen und Vorträgen.

Individuelle Beratung

Individuelle Anliegen rund um die Themen Fachwechsel, Studienorganisation, Lernstrategien und Prüfungsschwierigkeiten können auch im Rahmen eines individuellen Beratungstermins geklärt werden. Die Terminvergabe erfolgt über das Service-Telefon: 06221-545454

STANDORTBESTIMMUNG IM UND NACH DEM STUDIUM

SA 04.11.

9:00 – 17:30
Dauer: 1 Tag

Weiterer Kurs:
26.01.

Gut unterwegs? Standortbestimmung im Studium **Neuer Kurs**

In diesem Workshop können Sie eine Bilanz der bisherigen Semester ziehen. Wollen Sie grundsätzlich überdenken, wo Sie gerade stehen? Zweifeln Sie, ob Sie das richtige Fach gewählt haben? Sind Sie unzufrieden und wissen nicht, woran es liegt? Dann sind Sie in diesem Workshop richtig.

MI 13.12.

16:00 – 17:30
Die Veranstaltung ist kostenfrei und es ist keine Anmeldung erforderlich.

Studium und kein Abschluss

Das Studium abschließen oder abbrechen? Das Examen nicht bestanden? Welche Chancen bieten sich ohne Abschluss? Welche Ausbildungs- und Qualifizierungsmöglichkeiten stehen offen? Antworten bietet Ihnen die gemeinsame Veranstaltung von Zentraler Studienberatung/ Career Service und dem Hochschulteam der Agentur für Arbeit.

MI 21.02. +
DO 22.02.

MI 9:00 – 17:30
DO 9:00 – 13:00
Dauer: 1 1/2 Tage

Bachelor, und was dann?

Der Bachelorabschluss naht und Sie überlegen, wie es für Sie nach dem Studium weitergeht. Ob konsekutiver oder weiterbildender Master im In- oder Ausland, ob direkter Berufseinstieg oder Auslandspraktikum, die Möglichkeiten sind vielfältig.

DI 23.01.

17:00 – 19:00
Die Veranstaltung ist kostenfrei und es ist keine Anmeldung erforderlich.

Spurwechsel – Alternativen für Studienzweifer

Sie sind unsicher, ob Sie den richtigen Studiengang gewählt haben oder zweifeln daran, ob Sie überhaupt weiter studieren möchten? Die Veranstaltung richtet sich an alle, die sich Informationen und Beratung zu den Themen Entscheidungsfindung, Neuorientierung und Alternativen zum Studium wünschen.