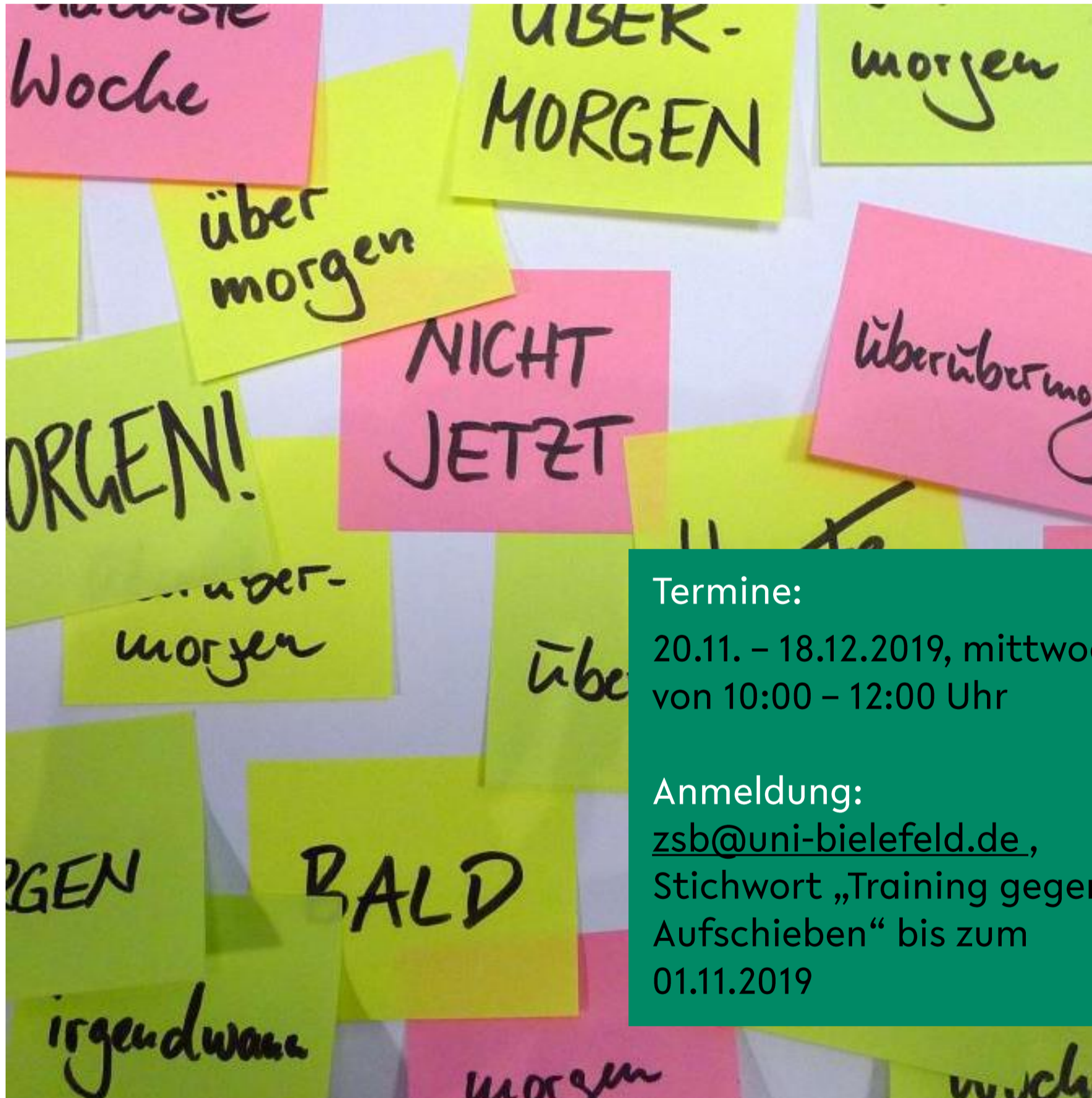




Training gegen das Aufschieben im Studium



Termine:

20.11. – 18.12.2019, mittwochs
von 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung:

zsb@uni-bielefeld.de,
Stichwort „Training gegen das
Aufschieben“ bis zum
01.11.2019

Inhalt:

- Verbesserung des Zeitmanagements
- Steigerung der Selbstmotivation
- Verringerung der Ablenkbarkeit

Setting:

- Gruppentraining (Gruppen à 10 TN)
- 5 Wochen (1 x wöchentlich à 90 min.) + 1
Abschlusstreffen
- Aufbau der Trainingssitzung: Austausch – Theorie –
Übungen – Aufgabe
- Durchgeführt von Dipl.-Päd. Yvonne Staack