

Training gegen das Aufschieben im Studium

Inhalt:

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

Setting:

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

Termine:

Dienstags von 10.00 - 12.00 Uhr (c.t.)

06.Nov (2018)., 13.Nov., 20.Nov., 04.Dez., 11.Dez. + 08.Jan.(2019)

Anmeldung:

zsb@uni-bielefeld.de, Stichwort „Training gegen das Aufschieben“ bis zum 31.10.2018

